

# الاحاديث الصحاح والحسان
# في رعاية الصحة


اعداد الباحثات المتدربات

بمركز بحوث السنة والسيرة بجامعة قطر (*)


(*) وهن : السيدة / بركه سلمان أحمد ، والآنسة/ جوهرة يوسف مبارك الكواري ، والآنسة/ مريم علي أحمد آل ثاني ، وشاركتهن في بعضه السيدة/ حصة محمد يوسف الحر ـ الباحثة المساعدة بالمركز .

## نعمة الصحة :

الصحة والعافية من أجل نعم الله على عباده ، وأجزل عطاياه ، وأوفر منحه ، بل العافية المطلقة أجلّ النعم على الإطلاق ، بعد نعمة الإيمان ، وهي ـ مع الأمن والحد الأدنى من الإحتياجات الاساسية ـ ضمان الحياة الطيبة .

فحقيق لمن رزق حظا من التوفيق مراعاتها وحفظها وحمايتها عما يضادها .

١ ـ عن ابن عباس رضى الله عنه ، قال : قال رسول الله ﷺ :
( نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس : الصحة والفراغ )[١] .

٢ ـ وعن أوسط بن عمرو قال : قدمت المدينة بعد وفاة رسول الله ﷺ بسنة ، فألفيت أبابكر يخطب الناس فقال :
قام فينا رسول الله ﷺ عام الأول ، فخنقته العبرة ، ثلاث مرار ، ثم قال : ( يا أيها الناس ، سلوا الله المعافاة ، فإنه لم يؤت أحد مثل يقين بعد معافاة . . )[٢] .

٣ ـ وعن سلمة بن عبيد الله بن محضن الخطمى عن أبيه ، وكانت له صحبة قال : قال رسول الله ﷺ : ( من اصبح منكم آمنا في سربه ، معافى في جسده ، عنده قوت يومه ، فكأنما حيزت له الدنيا بحذافيرها )[٣] .

والمحافظة على هذه النعمة تكون بشكرها ، وذلك بالعمل على حفظها وتعزيزها ، وبعدم انتهاج سلوك أو تصرف يؤدي بالتفريط فيها ، أو تبديلها وتغيرها فإن ذلك التبديل أو التغيير يؤدى إلى زوال نعمة الصحة ، والعقوبة بالمرض .

قال تعالى : ﴿ ٱعۡمَلُوٓاْ ءَالَ دَاوُۥدَ شُكۡرٗاۚ ﴾[٤] . وقال تعالى : ﴿ وَمَن يُبَدِّلۡ نِعۡمَةَ ٱللَّهِ مِنۢ بَعۡدِ مَا جَآءَتۡهُ فَإِنَّ ٱللَّهَ شَدِيدُ ٱلۡعِقَابِ ﴾[٥] .

وقال تعالى : ﴿ وَكُلُواْ وَٱشۡرَبُواْ وَلَا تُسۡرِفُوٓاْۚ ﴾[٦] . وقال تعالى : ﴿ وَلَا تُلۡقُواْ بِأَيۡدِيكُمۡ إِلَى ٱلتَّهۡلُكَةِ ﴾[٧] .

**أسس بناء الصحة :**

ولقد عالج الإسلام أهم الأسس التي يقوم عليها بناء الصحة المتكامل على مستوى الفرد والمجتمع وهي : الوقاية والنظافة ، الغذاء الجيد ، الرياضة والحركة والنشاط . العبادة والصحة البدنية والنفسية ، والتداوي .

**الوقاية :**

الفرق كبير بين أن نترك الإنسان ليصاب بالمرض ثم نسعى لمعالجته ، أو نقيه من المرض أصلا . ولقد أدرك الحكماء القدامى هذا الفرق فقالوا : درهم وقاية خير من قنطار علاج .

كما أدركت الفرق الأمم الحديثة ، فأولت الجوانب الوقائية الإهتمام الأول في كل تدابيرها الصحية وسارت في تطبيق أسس الطب الوقائى حتى يمكن تقدير تقدم أي مجتمع صحيا بمقدار ما قطعه في هذا المضمار .

ولقد أولى الإسلام النواحي الوقائية الأهمية الكبرى وأرسى دعائم الطب الوقائي ، في الوقت الذي لم يهمل فيه النواحي العلاجية .

والإسلام هدى الله ، يهدى إلى الطريق القويم ، طريق الصحة والقوة والمجد .

قال تعالى : ﴿ إِنَّ هَٰذَا ٱلْقُرْءَانَ يَهْدِى لِلَّتِى هِىَ أَقْوَمُ ﴾[٨]. وقال تعالى : ﴿ وَلَا تُلْقُوا۟ بِأَيْدِيكُمْ إِلَى ٱلتَّهْلُكَةِ ﴾[٩]. بين لهم الطرق التى تؤدي بهم إلى الهلاك ، وحذرهم أشد التحذير منها ، وتوعد من يسلكها أشد الوعيد ، رحمة بهم وبمجتمعهم ، كما بين لهم السبل التي تسمو بهم جسديا ونفسيا نحو الصحة والسلامة ، كل ذلك في إطار عملي لم ولن يشهد له التاريخ مثيلا .

**النظافة :**

ومن أهم الأسس التي يقوم عليها بناء الصحة المتكامل على مستوى الفرد والمجتمع النظافة ، فإذا كانت النظافة عند البعض مجرد ذوق أو مزاج شخصي ، أو كانت مرتبطة بالحالة الاقتصادية للإنسان أو الدولة فهي في الإسلام تخضع لنظام محدد ، يشعر الملتزم به بضرورة تنفيذه بدافع ذاتي مستمر ، لأنها شطر الإيمان .

٤ ـ عن أبي مالك الأشعري قال : قال رسول الله ﷺ : ( الطهور شطر الإيمان )[١٠] .

**النظافة الشخصية :**

حض الإسلام على الطهار لأهميتها في حياة الفرد ، واعتبرها شرطا لصحة الصلاة الفريضة اليومية المتكررة .

قال تعالى : ﴿ يَـٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ إِذَا قُمْتُمْ إِلَى ٱلصَّلَوٰةِ فَٱغْسِلُواْ وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى ٱلْمَرَافِقِ وَٱمْسَحُواْ بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى ٱلْكَعْبَيْنِ ﴾[١١] .

والطهارة هي مفتاح العبادة اليومية ( الصلاة ) كما أن الصلاة مفتاح الجنة فلا تصح صلاة ما لم يتطهر من الخبث أي قذر البدن والثوب والمكان الذي يصلي فيه . وما لم يتطهر من الحدث الأصغر بالوضوء ، ومن الحدث الأكبر بالغسل . والوضوء يتكرر في اليوم عدة مرات ، تغسل فيه الأعضاء التى تتعرض للاتساخ والعرق والأتربة .

ولقد رغب الإسلام في الطهارة عامة بأسلوب رقيق ، قال تعالى : ﴿ فِيهِ رِجَالٌ يُحِبُّونَ أَن يَتَطَهَّرُواْ وَٱللَّهُ يُحِبُّ ٱلْمُطَّهِّرِينَ ﴾[١٢].وقال تعالى : ﴿ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلتَّوَّٰبِينَ وَيُحِبُّ ٱلْمُتَطَهِّرِينَ ﴾[١٣] .

وعن أبي مالك الأشعري قال : قال رسول الله ﷺ : ( الطهور شطر الإيمان . . ﴾[١٤] . وأهتم الإسلام بالنظافة بكل أقسامها ، نظافة البدن ، نظافة الثوب ، نطافة المكان .

**أولا نظافة البدن :**

إن موقف الإسلام من الصحة والوقاية وسلامة الأبدان موقف لا نظير له في أي دين من الاديان فالنظافة فيه عبادة وقربة . بل فريضة من فرائضه .

**نظافة اليدين :**

عني الإسلام بنظافة سائر أعضاء الجسم . ولذا ينبغى أن تغسل اليدان عند ملامسة أي شيء قذر أو ملوث أو بمجرد احتمال تلوثهما ، كما يكرر غسل اليدين أيضا حين الوضوء للصلاة مع إتقان غسلهما .

٥ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه أن النبى ﷺ قال :

( إذا أستيقظ احدكم من نوهه فلا يغمس يده في الإناء حتى يغسلها ثلاثا ، فإنه لا يدري أين باتت يده ﴾[١٥] .

٦ ـ وفي صفة وضوء النبي ﷺ جاء في حديث عثمان بن عفان رضى الله عنه : ( ثم غسل وجهه ثلاثا ، ويديه إلى المرفقين ثلاث مرار )[١٦] .

٧ ـ ومن حديث عبدالله بن زيد : ( ثم غسل يديه مرتين إلى المرفقين )[١٧] ولم يكتف بالغسل العام بل طلب الدقة فيه حتى تصل النظافة إلى أدق أجزائه .

٨ ـ عن عاصم بن لقيط بن صبرة عن أبيه قال قال رسول الله ﷺ : ( أسبغ الوضوء وخلل بين الأصابع وبالغ في الاستنشاق إلا أن تكون صائما )[١٨] . وقال البخاري : كان ابن سيرين يغسل موضع الخاتم إذا توضأ[١٩] .

٩ ـ وعن أبي هريرة رضى الله عنه ، ( أن رسول الله ﷺ أكل كتف شاة فمضمض وغسل يديه وصلى )[٢٠] .

١٠ ـ وعن أبي هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( من نام وفي يده غمر و لم يغسله فأصابه شيء فلا يلومن إلا نفسه )[٢١] .

**نظافة الفـم :**

وقـد اعتنى الإسـلام بالفم عناية كبيرة ، وقد عرفنا في عصرنا أن معظم البكتيريا الناتجة عن التخمر يكون الفم الحاضن الأساسي لها ، وللتخلص من أثارها السيئة كانت نظافة الفم من الضروريات .

لذا كانت المضمضة من الأوامر الإسلامية لسلامة الفم ، وكذلك السواك لإزالة ماتعلق من بقايا أثار الأطعمة بين الأسنان .

١١ ـ وفي صفـة وضوء النبي ﷺ من حديث عثمان بن عفان ( ثم أدخل يمينه في الإناء ، فمضمض واستنشق )[٢٢] .

١٢ ـ وحديث عبدالله بن زيد ( ثم أدخل يده في التَّور فمضمض واستنشق )[٢٣] .

ولم يكتف بنظافة الفم والمضمضه للصلاة بل أيضا حث عليه بعد الطعام .

١٣ ـ عن ابن عبـاس رضي الله عنـه ، أن رسـول الله ﷺ شرب لبنـا فمضمض وقال : ( إن له دسما )[٢٤] .

١٤ ـ وعن السويد بن نعمان ( أنه خرج مع رسول الله ﷺ عام خيبر حتى إذا كانوا بالصهباء وهي أدنى خيبر فصلى العصر ثم دعا بالأزواد فلم يؤت إلا بالسـويق فأمـر به فثـرى فأكـل رسول الله ﷺ ، وأكلنا ، ثم قام إلى المغرب فمضمض ومضمضنا ثم صلى ولم يتوضأ )[٢٥] .

عن أبي هريرة رضي الله عنـه ، أن رسـول الله ﷺ أكـل كتف شاة ، فمضمض وغسل يديه وصلى[٢٦] .

والسـواك كذلـك مأمـور به ، وهو ضروري لتنظيف الأسنان ، ويفضل الإكثار منه في كل مناسبة مثل دخول البيت والصلاة والاستيقاظ من النوم وقبل النوم .

١٥ ـ عن أبي هريرة رضي الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( لولا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك مع كل صلاة )[٢٧] .

١٦ ـ وعن حذيفة بن اليمان رضى الله عنه قال : كان النبي ﷺ إذا قام من الليل يشوص فاه بالسواك )[٢٨] .

١٧ ـ وعن أبي موسى الأشعري رضى الله عنه قال : ( أتيت رسول الله ﷺ وهو يستن بسواك بيده ، ويقول أع أع ، والسواك في فيه ، كأنه يتهوع )[٢٩] .

١٨ ـ وعن عائشة رضى الله عنها ، أن رسول الله ﷺ قال : ( السواك مطهرة للفم مرضاة للرب )[٣٠] .

١٩ ـ عن المقدام بن شريح عن أبيه ، قال : سألت عائشة ، قلت : بأي شيء كان يبدأ النبي ﷺ إذا دخل بيته ؟ قالت : بالسواك[٣١] .

**نظافة الأنف :**

وكما اهتم الإسلام بنظافة الفم لم يغفل العناية بالأنف ، لأهميته في الحفاظ على صحة الرئة . حيث يعتبر الأنف المصفاة الألهية المعجزة في جسم الإنسان . فلذا كان الاستنشاق والاستنثار من أهم الأمور التي تحافظ على هذه المصفاة الالهية .

٢٠ ـ ففي صفة وضوء النبي ﷺ جاء في حديث عبدالله بن زيد ( فمضمض واستنشق ، واستنثر بثلاث غرفات )[٣٢] .

٢١ ـ وعن أبي هريرة رضى الله عنه أن رسول الله ﷺ قال : ( إذا توضأ أحدكم فليجعل في أنفه ثم لينثر ، ومن استجمر فليوتر )[٣٣] وفي لفظ مسلم ( فليجعل في أنفه ماء ثم لينثر . . . ) .

٢٢ ـ وعن أبي هريرة رضى الله عنه عن النبي ﷺ قال : ( إذا استيقظ أحدكم من منامه فتوضأ فليستنثر ثلاثا فإن الشيطان يبيت على خيشومه )[٣٤] .

وذكر الصنعاني في سبل السلام : ( أن الذي ينعقد من الغبار من رطوبة الخياشيم قذارة توافق الشيطان )[٣٥] .

**نظافة الرأس :**

وتجب العناية بنظافة الرأس بمسحه جيدا من كل قذر ووسخ يعلق به قال تعالى : ﴿ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ ﴾[٣٦] .

٢٣ ـ وفي صفة وضوء النبي ﷺ جاء في حديث عبدالله بن زيد ( ثم ادخل يده فمسح رأسه فأقبل بهما وأدبر مرة واحده )[٣٧] .

٢٤ ـ وعن عبد خير قال : أتانا علي رضى الله عنه وقد صلى ، فدعا بطهور . . . فمسح برأسه مرة واحدة[٣٨] .

وبما أن الأذنين من الرأس وجبت العناية بنظافتهما وبمسحهما مرارا ، وتنظيفهما من الصملاخ الذي يتراكم في الصماخ ( مجرى الأذن ) .

٢٥ ـ ومن حديث المقدام بن معد يكرب رضى الله عنه ( ومسح بأذنه ظاهرهما وباطنهما ، زاد هشام وأدخل أصابعه في صماخ أذنيه )[٣٩] .

٢٦ ـ ومن حديث الربيع بنت معوذ بن عفراء رضى الله عنها : ومسح برأسه مرتين ، يبدأ بمؤخر رأسه ثم بمقدمه وبأذنيه كلتيهما ظهورهما وبطونهما[٤٠] .

وتجب العناية بنظافة العينين وذلك بتكرار غسلهما كجزء من الوجه ، وبتعهد زواياهما ( المأقين ) التي تتراكم فيها المفرزات العينية الخاصة .

٢٧ ـ فعن أبي امامه رضى الله عنه ، ذكر وضوء النبي ﷺ قال : ( كان رسول الله ﷺ يمسح المأقين )[٤١] .

**غسل الوجه :**

فهذه الأعضاء الدقيقة والأجزاء المكشوفة التى اعتني الإسلام بنظافتها وغسلها جيدا يشملها الوجه . وبما أن المسلم يغسل وجهه في اليوم خمس مرات أثناء الوضوء فبالتأكيد ستكون النظافة والوقاية شاملة جل يومه ، ولا يمكن أن نتوقع للقذر مكانا ولا للمرض سبيلاً ، فالوضوء صفة طهارة ونظافة للمؤمن .

٢٨ ـ عن عثمان بن عفان رضي الله عنه في صفة الوضوء ، دعا بإناء فأفرغ على كفيه ثلاث مرار ، فغسلهما ثم أدخل يمينه في الإناء ، فمضمض واستنشق ، ثم غسل وجهه ثلاثا ، ويديه إلى المرفقين ثلاث مرار ، ثم مسح برأسه ، ثم غسل رجليه ثلاث مرار إلى الكعبين ، ثم قال : قال رسول الله ﷺ : ( من توضأ نحو وضوئي هذا ثم صلى ركعتين لا يحدث فيهما نفسه غفر له ما تقدم من ذنبه )[٤٢] .

**نظافة الأرجل :**

واعتنى الإسلام بنظافة الأرجل عناية كبيرة لكونها من الأجزاء المكشوفة من الجسم ، وكذلك من الأعضاء التي تتحمل العبء الأكبر من الجهد البدني ، ففي غسلهما الغسل الجيد تنشيط للدورة الدموية العامة ، وتجديد حيوية الجسم بتنبيه الأعصاب وتدليكها والحفاظ عليهما من الأمراض الجلدية ، وامراض أخرى تعتبر القدم المدخل الرئيسي لها إلى البدن .

٢٩ ـ ويظهر ذلك واضحا في صفة وضوء النبي ﷺ . ففي حديث عثمان بن عفان رضي الله عنه : ثم غسل رجليه ثلاث مرار إلى الكعبين[٤٣] .

٣٠ ـ وفي حديث عبدالله بن زيد رضي الله عنه : ( ثم غسل رجليه إلى الكعبين )[٤٤] .

٣١ ـ وعن أبي هريرة رضي الله عنه : كان يمر والناس يتوضؤون من المطهرة فقال : أسبغوا الوضوء ، فإن أبا القاسم ﷺ قال : ( ويل للأعقاب من النار )[٤٥] .

٣٢ ـ وعن عبدالله بن عمرو . قال : تخلف عنا النبي ﷺ في سفرة سافرناها ، فأدركنا وقد أرهقتنا الصلاة ، ونحن نتوضأ ، فجعلنا نمسح على أرجلنا فنادى بأعلى صوته : ( ويل للأعقاب من النار) مرتين أو ثلاثا[٤٦] .

ولم يقتصر الوضوء على الأماكن المذكورة كالمرفقين والكعبين ، بل يستحب الزيادة فيها .

٣٣ ـ عن نعيم بن عبدالله المجمر قال : رأيت أبا هريرة يتوضأ ، فغسل وجهه فأسبغ الوضوء ، ثم غسل يده اليمني حتى أشرع في العضد ، ثم يده اليسرى حتى أشرع في العضد ، ثم مسح رأسه ، ثم غسل رجله اليمنى حتى أشرع في الساق ، ثم غسل رجله اليسرى حتى أشرع في الساق ، ثم قال : هكذا رأيت رسول الله ﷺ يتوضأ . وقال : قال رسول الله ﷺ ؛ ( انتم الغر المحجلون يوم القيامة ، من إسباغ الوضوء فمن استطاع منكم فليطل غرته وتحجيله )[٤٧] .

٣٤ ـ وعن أبي هريرة رضى الله عنه قال : إني سمعت النبي ﷺ يقول : ( إن أمتي يدعون يوم القيامة غرا محجلين من آثار الوضوء ، فمن استطاع منكم أن يطيل غرته فليفعل )[٤٨] .

٣٥ ـ وعن أبي مالك الأشجعي عن أبي حازم قال : كنت خلف أبي هريرة وهو يتوضأ للصلاة ، فكان يمد يده حتى تبلغ ابطه ، فقلت له : يا أبا هريرة ، ما هذا الوضوء ؟ فقال : يابنى فروخ ، أنتم هاهنا ؟ لو علمت أنكم هاهنا ما توضأت هذا الوضوء . سمعت خليلي ﷺ يقول : ( تبلغ الحلية من المؤمن حيث يبلغ الوضوء )[٤٩] .

**نظافة الاعضاء المستورة :**

ومثلما كان اهتمام الإسلام بالأجزاء المكشوفة من الجسم كان اهتمامه بالأماكن المستورة ، حيث يجب تنظيف مخرج البول ومخرج البراز والأعضاء التناسلية بالاستنجاء ( غسلها بالماء ) أو الاستجمار ( مسحها ) لتتم على المسلم طهارته .

قال تعالى : ﴿ فِيهِ رِجَالٌ يُحِبُّونَ أَن يَتَطَهَّرُوا۟ وَٱللَّهُ يُحِبُّ ٱلْمُطَّهِّرِينَ ﴾[٥٠] .

٣٦ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( نزلت في أهل قباء ـ فيه رجال يحبون ان يتطهروا والله يحب المطهرين ـ قال : كانوا يستنجون بالماء فنزلت فيهم هذه الآية )[٥١] .

٣٧ ـ وعن أنس بن مالـك رضى الله عنـه قال : كان النبي ﷺ إذا تبرز لحاجته أتيته بماء فيغسل به )[٥٢] .

٣٨ ـ وعن أنس رضى الله عنــه قال : ( كان رسـول الله ﷺ ، يدخـل الخلاء ، فأحمل أنا وغلام إداوة من ماء ، وعنزة يستنجي بالماء)[٥٣] .

٣٩ ـ وعن أبي هريرة رضى الله عنـه قال : اتبعت النبي ﷺ ، وقد خرج لحاجته . فكان لا يلتفت فدنوت منه فقال : ابغني احجارا استنفض بها أو نحوه ولا تأتيني بعـظم ولا روث ) فأتيتـه بأحجار بطرف ثيابي ، فوضعتها إلى جنبه واعرضت عنه ، فلما قضى أتبعه بهن[٥٤] .

٤٠ ـ عن معاذة بنت عبدالرحمن ، أن عائشة رضى الله عنها قالت : مرن أزواجكن أن يستطيبوا بالماء . فإني استحييهم ، فإن رسول الله ﷺ كان يفعله[٥٥] .

ولم يكتف الإسـلام بالتنبيه على نظافة السبيلين ( القبل والدبر ) والحرص عليها طاهرة بل شدد في هذا واعتبر من لم يستبرئ من بوله من المعذبين في قبره .

٤١ ـ فعن ابن عباس رضى الله عنهما قال : مر النبي ﷺ فقال : ( انهما ليعذبان ، وما يعذبان في كبير ، أما أحدهما فكان لا يستبرئ من البول ، وأما الآخر فكان يمشي بالنميمة ) ثم أخذ جريدة رطبة فشقها نصفين ، فغرز في كل قبر واحدة .

قالوا يارسول الله ، لم فعلت هذا ؟ قال : ( لعله يخفف عنهما ما لم ييبسا )[٥٦] .

**نظافة البدن كله بالغسل :**

وإذا كان الـوضـوء يطهر الإنسان من الحدث الأصغر فإن الغسل وجب لتـطهـير بدن الإنسـان من الحـدث الأكـبر : قال تعـالى : ﴿وَإِن كُنتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا﴾[٥٧] . وهي الطهارة من الجنابة بالنسبة للمرأة والرجل وكذلك الطهارة من الحيض والنفاس بالنسبة للمرأة قال تعالى : ﴿ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ

﴿ أَمَرَكُمُ ٱللَّهُ ﴾[58] والطهارة في الحالتين السابقتين تعني غسل البدن غسلا كاملا بالماء الطاهر قال تعالى : ﴿ وَيُنَزِّلُ عَلَيْكُم مِّنَ ٱلسَّمَآءِ مَآءً لِّيُطَهِّرَكُم بِهِۦ ﴾[59] .
وقال تعالى : ﴿ وَأَنزَلْنَا مِنَ ٱلسَّمَآءِ مَآءً طَهُورًا ﴾[60] .

وعن غسل الجنابة جاء في هدي الرسول ﷺ .

٤٢ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه ، أن رسول الله ﷺ قال : ( إذا جلس بين شعبها الأربع ثم جهدها فقد وجب الغسل ، أنزل أم لم ينزل )[61] .

٤٣ ـ وعن عائشة ، عن النبي ﷺ قال : ﴿ إذا أصاب الختان الختان فقد وجب الغسل )[62] .

وكذلك يجب الغسل من الاحتلام .

٤٤ ـ عن أبي سعيد رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( إنما الماء من الماء )[63] .

٤٥ ـ وعن أم سلمة أن أم سليم قالت : يارسول الله إن الله لا يستحي من الحق ، فهل على المرأة من غسل إذا احتلمت ؟ قال : ( نعم . إذا رأت الماء )[64] .

ويجب الغسل أيضا من الحيض والنفاس والاستحاضة .

قال تعالى : ﴿ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ ٱللَّهُ ﴾[65] .

٤٦ ـ وعن عائشة أن أسماء سألت النبي ﷺ عن غسل المحيض ؟ فقال : ( تأخذ إحداكن ماءها وسدرتها فتطهر ، فتحسن الطهور ، ثم تصب على رأسها فتدلكه دلكا شديدا حتي تبلغ شُؤُنَ رأسها . ثم تصب عليها الماء . ثم تأخذ فرصة ممسكةً فتطهر بها ) .

فقالت أسماء : وكيف تطهر بها ؟ فقال : ( سبحان الله ، تطهرين بها ) .

فقالت عائشة ( كأنها تخفي ذلك ) : تتبعين أثر الدم .

وسألته عن غسل الجنابة ؟ فقال : ( تأخذ ماء فتطهر ، فتحسن الطهور .

أو تبلغ الطهور . ثم تصب على رأسها فتدلكه . حتى تبلغ شُؤُنَ رأسها . ثم تفيض عليها الماء ).

فقالت عائشة : نعم النساء نساء الأنصار ، لم يكن يمنعهن الحياء أن يتفقهن في الدين[٦٦] .

٤٧ ـ عن عائشة رضى الله عنها قالت : جاءت فاطمة ابنة أبي حبيش إلى النبي ﷺ فقالت : يارسول الله ، إني امرأة استحاض ، فلا أطهر ، أفأدع الصلاة ؟ فقال رسول الله ﷺ : ( لا ، إنما ذلك عرق وليس بحيض ، فإذا أقبلت حيضتك فدعي الصلاة ، وإذا أدبرت فاغسلي عنك الدم ثم صلى ، ثم توضئي لكل صلاة حتى يجيء ذلك الوقت )[٦٧] .

٤٨ ـ وعن عائشة رضى الله عنها ، عن الرسول صلى الله عليه وسلم قال : ( إذا أقبلت الحيضة فدعي الصلاة ، وإذا ذهبت فاغسلي عنك الدم وصلي )[٦٨] .

وكما أوجب الإسلام الغسل للطهارة من الحدث الأكبر فقد حث المسلمين على تكرار الغسل ، فمنها ما هو في المناسبات الدينية ، كيوم الجمعة والعيدين ، والاحرام ، ودخول مكة ، والوقوف بعرفة ، وغسل من غسل ميتا . ومنها ما يكون للنظافة العامة كتخصيص يوم في الأسبوع لغسل الرأس والجسد .

٤٩ ـ عن أبي سعيد الخدري رضى الله عنه قال : إن رسول الله ﷺ قال : ( غسل الجمعة واجب على كل محتلم )[٦٩] .

٥٠ ـ وعن عبد الله بن عمر رضى الله عنهما قال : سمعت رسول الله ﷺ يقول : ( من جاء منكم الجمعة فليغتسل )[٧٠] .

٥١ ـ وعن عائشة رضى الله عنها ( في سياق طويل ) قال النبي ﷺ : ( لو أنكم تطهرتم ليومكم هذا ؟ )[٧١] .

٥٢ ـ وعن أبي هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( حق على كل مسلم أن يغتسل في كل سبعة أيام يوما يغسل فيه رأسه وجسده )[٧٢] .

ومن الطهارة أيضا غسل الجسم ، أو قسم منه عند ملامسته النجاسات المختلفة وأهمها البول ، والغائط ، ولحم الخنزير وميتة الحيوان ، والقيح ، والصديد ، والقيئ والقلس .

**سنن الفطرة :**

وقد عرف الإسلام خصالا من النظافة العامة تعرف بسنن الفطرة ، لم يحرص عليها غيره من الأمم ، مع أنها من السنن التى أختارها الله للانبياء عليهم السلام وأمرنا بالاقتداء بهم . ونجد الأطباء الآن ينصحون بها .

٥٣ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه ، عن النبي ﷺ قال : الفطرة خمس أو خمس من الفطرة : الختان ، والاستحداد ، ونتف الإبط ، وتقليم الأظفار ، وقص الشارب )[٧٣] .

٥٤ ـ وعن عائشة رضى الله عنها ، قالت : قال رسول الله ﷺ : ( عشر من الفطرة : قص الشارب ، وإعفاء اللحية ، والسواك ، واستنشاق الماء ، وقص الأظفار ، وغسل البراجم ونتف الإبط ، وحلق العانة ، وانتقاص الماء ) قال زكريا : قال مصعب : ونسيت العاشرة : إلا أن تكون المضمضة . زاد قتيبة : قال وكيع : انتقاص الماء يعني الاستنجاء .[٧٤] .

ولقد حث الإسلام أيضا على غسل الشعر وتهذيبه وترجيله ليكتمل مظهر المسلم الحسن .

٥٥ ـ عن عائشة رضى الله عنها قالت : ( وإن كان رسول الله ﷺ لَيُدخِلُ عليّ رأسه وهو في المسجد فأرجله . وكان لا يدخل البيت إلا لحاجة إذا كان معتكفا )[٧٥] .

٥٦ ـ وعن أبي هريرة رضى الله عنه ، أن رسول الله ﷺ قال : ( من كان له شعر فليكرمه )[٧٦] .

٥٧ ـ وعن جابر بن عبدالله رضى الله عنهما ، قال : أتانا رسول الله ﷺ فرأى رجلا قد تفرق شعره فقال : ( أما كان يجد هذا ما يسكن به شعره ؟ )[٧٧] .

**نظافة الملبس :**

إذا كان الجسم نظيفا فلابد أن يكون ما يستره نظيفا ، لكى يكتمل شعار النظافة والطهارة وتتم الوقاية الكاملة لهذا الجسم .

* واللباس نعمة من نعم الله عز وجل لدفع الحر والبرد قال تعالى : ﴿ وَجَعَلَ لَكُمْ سَرَابِيلَ تَقِيكُمُ الْحَرَّ ﴾(٧٨) . وقال تعالى : ﴿ وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ ﴾(٧٩) .

* واللباس أيضا للزينة والتجمل . . فلقد أباح الإسلام للمسلم - بل طلب إليه - أن يكون حسن الهيئة ، كريم المظهر ، جميل الهندام متمتعا بما خلق الله من زينة وثياب ورياش قال تعالى : ﴿ يَا بَنِي آدَمَ قَدْ أَنْزَلْنَا عَلَيْكُمْ لِبَاسًا يُوَارِي سَوْآتِكُمْ وَرِيشًا ﴾(٨٠) .

وقال تعالى : ﴿ يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا ﴾(٨١) .

٥٨ - وعن عبدالله بن مسعود رضى الله عنه ، عن النبي ﷺ : قال : ( لا يدخل الجنة من كان في قلبه مثقال ذرة من كبر ) قال رجل : إن الرجل يحب أن يكون ثوبه حسنا ونعله حسنا قال ؛ ( إن الله جميل يحب الجمال ، الكبر بطر الحق وغمط الناس )(٨٢) .

٥٩ - وقد حبب الإسلام للناس إظهار النعمة الإلهية والتجمل بها . فعن أبي الأحوص الجشمي عن أبيه قال : رآني النبي ﷺ وعليّ أطمار ، قال : ( هل لك من مال ) قال : قلت نعم . قال : ( من أي المال ؟ ) قال : قلت من كل قد أتاني الله من الشاء والإبل . قال : ( فلير نعمة الله وكرامته عليك . . )(٨٣) .

* واللباس أيضا لستر عورة الإنسان قال تعالى : ﴿ لِبَاسًا يُوَارِي سَوْآتِكُمْ ﴾(٨٤) .

٦٠ - وعن أبي الطفيل قال : لما بني البيت كان الناس ينقلون الحجارة والنبي ﷺ ينقل معهم فأخذ الثوب ووضعه على عاتقه فنودي : لا تكشف عورتك فألقى الحجر ولبس ثوبه )(٨٥) .

* وإذا كان اللبس نعمة وزينة وسترا فلابد من اكمال هذه الصفات بالطهارة والنظافة قال تعالى : ﴿ وَثِيَابَكَ فَطَهِّرْ ﴾[٨٦] .

ولقد حث الإسلام على نظافة الثوب وطهارته وجعله شرطا من شروط صحة الصلاة فلا تقبل صلاة بدون طهارة في البدن والثوب والمكان .

٦١ ـ عن عائشة سئلت عن المني يصيب الثوب ، فقالت : ( كنت أغسله من ثوب رسول الله ﷺ ، فيخرج إلى الصلاة وأثر الغسل في ثوبه بقع الماء )[٨٧] .

٦٢ ـ وعن أسماء قالت : جاءت امرأة النبي ﷺ ، فقالت : أرأيت إحدانا تحيض في الثوب كيف تصنع ؟ قال : ( تحته ثم تقرصه بالماء وتنضحه ثم تصلي فيه )[٨٨] .

ولم يجعل الإسلام النظافة والطهارة للثوب قصرا على العبادات بل جعلها في كل أحوال المسلم .

٦٣ ـ عن جابر رضى الله عنه قال : فقد رأى رسول الله ﷺ رجلا عليه ثياب وسخه فقال : ( أما كان هذا يجد ماء يغسل به ثوبه )[٨٩] .

٦٤ ـ وعن أبي بردة قال : قال لي أبي : ( لو رأيتنا ونحن مع نبينا ﷺ وقد أصابتنا السماء حسبت أن ريحنا ريح الضأن )[٩٠] .

وينبغى خلع الثياب التى تغيرت رائحتها بالعرق ونحوه ، لتنظيفها وتطييب رائحتها حتى لا يؤذي أحد بالروائح الكريهة وحتى يجنب نفسه الأمراض التى تصيب الجلد كالحكة والحساسية وغيرها .

٦٥ ـ عن عائشة رضى الله عنها قالت : صنعت لرسول الله ﷺ بردة سوداء فلبسها ، فلما عرق فيها وجد ريح الصوف فقذفها . قال : وأحسبه قال : وكان تعجبه الريح الطيبة )[٩١] .

٦٦ ـ وعن أم ولد لابراهيم بن عبدالرحمن ابن عوف أنها سألت أم سلمة زوج النبي ﷺ : فقالت : إني امرأة أطيل ذيلي وأمشي في المكان القذر . فقالت أم سلمة : قال رسول الله ﷺ : ( يطهره ما بعده )[٩٢] .

**نظافة النعال :**

ولم يقتصر الإسلام النظافة على الثوب بل حتى النعال أمرهم بالعناية بنظافتها .

٦٧ ـ فعن أبي سعيد الخدري رضى الله عنه ، أن رسول الله ﷺ صلى فخلع نعليه ، فخلع الناس نعالهم ، فلما انصرف ، قال : ( لم خلعتم نعالكم ) فقالوا يارسول الله رأيناك خلعت فخلعنا . قال : ( إن جبريل أتاني فأخبرنى أن بهما خبثا ، فإذا جاء أحدكم المسجد فليقلب نعله فلينظر فيها ، فإن رأى بها خبثا فليمسحه بالأرض ثم ليصل فيهما )(٩٣) .

وطهارة الثياب شرط لصحة الصلاة التى لا تنقطع وهذا يتطلب من الإنسان حرصا دائما على طهارة ملبسه من جميع النجاسات والقاذورات ، ولا يخفى ما لهذا الأمر من قيمة في إبعاد الإنسان من مصادر التلوث بالعوامل المعديه ووقايته من الأمراض الفتاكة .

**تنوع الملابس :**

وإذا كان في النظافة والطهارة وقاية للجسم من الأمراض المعدية ، فإن في تنوع الملابس وقاية له من الأمراض ، وجاء في زاد المعاد :

وكان من أتم الهدي ، وأنفعه للبدن ، وأخفه عليه ، وأيسره لبسا وخلعا ، وكان أكثر لبسه الأردية والأزر وهى أخف على البدن من غيرها ، وكان يلبس القميص ، بل كان أحب الثياب إليه .

وكان هديه في لبسه لما يلبسه أنفع شيء للبدن ، فإنه لم يكن يطيل أكمامه ، ويوسعها ، بل كان كم قميصه إلى الرسغ لا يجاوز اليد ، فتشق على لابسها وتمنعه خفة الحركة والبطش ، ولا تقصر عن هذه فتبرز للحر والبرد وكان ذيل قيمصه وازاره إلى أنصاف الساقين لم يتجاوز الكعبين ، فيؤذى الماشي ويؤوده ، ويجعله كالمقيد ولم يقصر عن عضلة ساقية ، فتنكشف ويتأذى بالحر والبرد ، ولم تكن عمامته بالكبيرة التى يؤذي الرأس حملها ويضعفه ويجعله عرضه للضعف

والآفات ، كما يشاهد من حال أصحابها ، ولا بالصغيرة التى تقصر عن وقاية الرأس من الحر والبرد ، بل وسطا بين ذلك وكان يدخلها تحت حنكه ، وفي ذلك فوائد عديدة ، فإنها تقي العنق الحر والبرد ، وهو أثبت لها ، ولا سيما عند ركوب الخيل والابـل ، والكـر والفـر ، وكثـير من النـاس اتخذ الكلاليب عوضا عن الحنك ، ويابعد ما بينهما في النفع والزينة ، وأنت إذا تأملت هذه اللبسة وجدتها من أنفـع اللبسـات وأبلغهـا في حفظ صحة البدن وقوته وأبعدها من التكلف والمشقة على البدن .

وكان يلبس الخفاف في السفر دائما ، وأغلب أحواله لحاجة الرجلين إلى ما يقيهما من الحر والبرد ، وفي الحضر أحيانا .

٦٨ ـ عن عبدالله بن مسعود رضى الله عنه ، قال : كانت الأنبياء يستحبون أن يلبسوا الصوف(٩٤) .

٦٩ ـ وعن أنس عن قتادة ، قال : قلت له : أي الثياب كان أحب إلى النبي ﷺ قال : الحبرة(٩٥) .

ورخص الإسلام في لبس الحرير للرجال إذا كان لحاجة صحية ، فقد أذن عليه الصلاة والسلام بلبسه لعبد الرحمن بن عوف والزبير بن العوام رضى الله عنهما . لحكة كانت بهما .

٧٠ ـ عن أنس رضى الله عنه ، أن النبي ﷺ رخص لعبد الرحمن بن عوف والزبير في قميص من حرير ، من حكة كانت بهما(٩٦) .

وكان أحب ألوان الثياب إليه البياض . .

٧١ ـ فعن أبي ذر رضى الله عنه قال : ( أتيت النبي ﷺ وعليه ثوب أبيض وهو نائم )(٩٧) .

٧٢ ـ وعن سمرة رضى الله عنه أن النبي ﷺ قال : ( البسوا الثياب البيض فإنها أطهر وأطيب وكفنوا فيها موتاكم )(٩٨) .

ولم يحدد الإسلام لبس لون معين بل أشار إلى الألوان المريحة للنفس فقط ولقد لبس الرسول ﷺ الكثير من الألوان . . فمنها الأخضر والأبيض والأسود

والأصفر وغيرها . فالإنسان يلبس من الألوان ما يرغب وما يناسبه .

٧٣ ـ عن أبي رمثه قال : ( رأيت رسول الله ﷺ وعليه بردان أخضران )[٩٩] .

المهم أن يكون في جميع حالاته نظيفا مرتبا مميزا بلبسه ونظافته وهيئته حتى يكون كالشامة بين الناس .

٧٤ ـ عن ابن الحنظلية قال : فقال رسول الله ﷺ : ( إنكم قادمون على إخوانكم فأحسنوا لباسكم ، وأصلحوا رحالكم ، حتى تكونوا كأنكم شامة في الناس إن الله لا يحب الفحش والتفحش )[١٠٠] .

**نظافة البيت :**

إهتم الإسلام بنظافة المكان الذي يحيط بالإنسان كالبيت والمسجد والمكتب والسيارة وكل مكان يظل فيه الإنسان لساعات طويلة لقضاء مصالحه .

قال تعالى : ﴿وَٱللَّهُ جَعَلَ لَكُم مِّنۢ بُيُوتِكُمۡ سَكَنًا﴾[١٠١] .

لقد وصف القرآن البيت بالسكن ولا يمكن أن يكون المكان سكنا إلا إذا توافرت فيه الشروط المناسبة كالنظافة والهدوء والسعة لكي يكون صحيا فالصحة هي من أجل النعم .

وبما أن المسكن يعتبر واسطة لضمان السكينة الجسمية والنفسية يشترط فيه النظافة ويفضل فيه الإتساع .

٧٥ ـ وعن سعد بن أبي وقاص رضى الله عنه قال : قال النبي ﷺ : ( ان الله تعالى طيب يحب الطيب ، نظيف يحب النظافة ، كريم يحب الكرم ، جواد يحب الجود ، فنظفوا أفنيتكم )[١٠٢] .

ونظافة المسكن تتطلب عدم جمع القاذورات فيه ، التي تجلب الروائح والأمراض بل يجب التخلص منها أولا بأول للحفاظ على نظافته وصحة قاطنيه .

ومن الآثار في نظافة المنزل ما أورده ابن أبي شيبه : عن أم ولد لعبد الله بن مسعود قالت : كان عبدالله يأمر بداره فتكنس حتى لو التمست فيه تبنه أو قصبه ما قدرت عليها[١٠٣] .

وعن سرية الربيع قالت : كان الربيع يأمر بالدار أن تنظف كل يوم[١٠٤] .

ويفضل المسكن الواسع الجيد التهوية لأنه يجمع بين السكينة الجسمية والنفسية .

٧٦ ـ عن سعد بن أبي وقاص قال : قال رسول الله ﷺ : ( أربع من السعادة ، المرأة الصالحة ، والمسكن الواسع ، والجار الصالح ، والمركب الهنيء . وأربع من الشقاوة : الجار السوء ، والمرأة السوء ، والمسكن الضيق والمركب السوء )[١٠٥] .

**نظافة المسجد :**

وكذلك نظافة المسجد الذي يلتقي فيه المسلم بربه وبإخوانه المسلمين في اليوم خمس مرات فلابد أن يكون نظيفا طاهرا .

٧٧ ـ عن أنس بن مالك رضى الله عنه قال : إن أعرابيا بال في المسجد فقاموا إليه فقال رسول الله ﷺ : ( لا تزرموه ) ثم دعا بدلو من ماء فصب عليه )[١٠٦] . وزاد مسلم ( فقال رسول الله ﷺ : إن هذه المساجد لا تصلح لشيء من القذر والبول والخلاء . . )[١٠٧] .

٧٨ ـ عن أنس رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( البزاق في المسجد خطيئة وكفارتها دفنها )[١٠٨] .

ولابد أن يكون ا لمكان الذي يصلي فيه المسلم طاهرا نظيفا ولا يجوز له أن يصلي في الأماكن النجسة القذرة .

٧٩ ـ عن عمر رضى الله عنه قال : إن رسول الله ﷺ قال : ( سبع مواطن لا تجوز فيها الصلاة ، ظاهر بيت الله ، والمقبرة ، والمزبلة ، والمجزرة ، والحمام ، وعطن الإبل ، ومحجة الطريق )[١٠٩] .

**نظافة وسيلة التنقل :**

وبما أن الإسلام اهتم بمكان الإنسان كبيئته ومسجده فقد اعتنى حتى بركوبه ورحله والتي تعتبر السيارة في وقتنا الحاضر والقطار والطائرة هي وسيلة التنقل ، فالعناية بها هي حفاظ على صحة الإنسان وأمان له من الأخطار .

عن ابن الحنظلية قال : قال رسول ﷺ : ( أصلحوا رحالكم )[١١٠] .

**نظافة البيئة :**

قال تعالى : ﴿ ٱللَّهُ ٱلَّذِي خَلَقَ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضَ وَأَنزَلَ مِنَ ٱلسَّمَآءِ مَآءً فَأَخْرَجَ بِهِۦ مِنَ ٱلثَّمَرَٰتِ رِزْقًا لَّكُمْ ۖ وَسَخَّرَ لَكُمُ ٱلْفُلْكَ لِتَجْرِيَ فِي ٱلْبَحْرِ بِأَمْرِهِۦ ۖ وَسَخَّرَ لَكُمُ ٱلْأَنْهَٰرَ . وَسَخَّرَ لَكُمُ ٱلشَّمْسَ وَٱلْقَمَرَ دَآئِبَيْنِ ۖ وَسَخَّرَ لَكُمُ ٱلَّيْلَ وَٱلنَّهَارَ وَءَاتَىٰكُم مِّن كُلِّ مَا سَأَلْتُمُوهُ ۚ وَإِن تَعُدُّوا۟ نِعْمَتَ ٱللَّهِ لَا تُحْصُوهَآ ۗ إِنَّ ٱلْإِنسَٰنَ لَظَلُومٌ كَفَّارٌ ﴾[١١١] .

فوجود الإنسان إبتداء نعمة من الله وفضل ، وتزويده بطاقاته واستعدادته ومواهبه هذه نعمة أخرى من نعمه التي لا تعد ولا تحصى ، وتسخير السماوات والأرض بما أودع الله فيهما من ثروات وطاقات ظاهرة وكامنة هى تتمة لهذه النعم الكثيرة .

فيجب على الإنسان المحافظة على هذه النعم التى وهبها الله له وسخرها من أجله حتى ينعم بحياة هانئة .

قال تعالى : ﴿وَٱلسَّمَآءَ رَفَعَهَا وَوَضَعَ ٱلْمِيزَانَ أَلَّا تَطْغَوْا۟ فِي ٱلْمِيزَانِ﴾[١١٢] .

قال تعالى : ﴿وَلَا تَعْثَوْا۟ فِي ٱلْأَرْضِ مُفْسِدِينَ﴾[١١٣] . وقال تعالى : ﴿ وَإِذَا تَوَلَّىٰ سَعَىٰ فِي ٱلْأَرْضِ لِيُفْسِدَ فِيهَا وَيُهْلِكَ ٱلْحَرْثَ وَٱلنَّسْلَ ۗ وَٱللَّهُ لَا يُحِبُّ ٱلْفَسَادَ ﴾[١١٤]

فالإسلام أمر بالمحافظة على البيئة من البغى والإسراف والطغيان في استغلالها دون مبالاة بالموازين الكونية .

**نظافة المياه ومصادرها :**

البيئة النظيفة الصحية هي مصدر السعادة للإنسان لأنها تقيه من الأمراض وتبعد عنه الأوبئة ، فالمياه التى تعتبر أحد عناصر الحياة المهمة يجب المحافظة عليها نظيفة حتى يسلم الإنسان من كل وباء . فعليه أن يتجنب البول أو إلقاء القاذورات في المياه الراكدة مثل برك السباحة ـ اماكن تجمع مياه الامطار ـ القنوات المائية ـ مياه الواحات ـ مياه الأودية ـ وغيرها .

٨٠ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه ، أنه سمع رسول الله ﷺ قال : ( لا يبولن أحدكم في الماء الدائم الذي لا يجري ثم يغتسل فيه )[١١٥] .

٨١ ـ وعن أبي هريرة رضى الله عنه ، أن رسول الله ﷺ قال : ( اتقوا اللعّانين ) قالوا : وما اللعانان يارسول الله ؟ قال : ( الذي يتخلى في طريق الناس أو في ظلهم )[١١٦] .

٨٢ ـ وعن معاذ بن جبل رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( اتقوا الملاعن الثلاثة : البراز في الموارد ، وقارعة الطريق ، والظل )[١١٧] .

**نظافة الطريق :**

وكما حافظ على الماء حافظ على طرقات الناس وممشاهم وحافظ على أماكن تجمعهم وعلى أماكن استراحاتهم كالظل وعلى مواردهم .

٨٣ ـ عن أبي ذر رضى الله عنه ، عن النبي ﷺ قال : ( عرضت علي أعمال أمتى . حسنها وسيئها ، فوجدت في محاسن أعمالها الأذى يماط عن الطريق ، ووجدت في مساوىء أعمالها النخاعة تكون في المسجد لا تدفن )[١١٨] .

٨٤ ـ وعن أبي هريرة رضى الله عنه ، أن رسول الله ﷺ قال : ( بينما رجل يمشي بطريق ، وجد غصن شوك على الطريق ، فأخره ، فشكر الله له فغفر له )[١١٩] .

**المحافظة على الثروة الزراعية والحيوانية :**

فقد شجع الإسلام على الزراعة وحارب الفساد وكل ما يؤدي إلى هلاك النبات والحيوان .

٨٥ ـ فعن أنس بن مالك رضى الله عنه ، عن النبي ﷺ قال : ( ما من مسلم يغرس غرسا أو يزرع زرعا فيأكل منه طير أو إنسان أو بهيمة إلا كان له به صدقة )[١٢٠] .

٨٦ ـ وعن جابر رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( لا يغرس المسلم غرسا ، ولا يزرع زرعا فيأكل منه إنسان ولا دابة ولا شيء إلا كانت له صدقة )[١٢١] .

٨٧ ـ وعن أنس بن مالك رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( إن قامت الساعة وبيد أحدكم فسيلة ، فإن استطاع أن لا يقوم حتى يغرسها فليفعل )[١٢٢] .

٨٨ ـ وعن عبدالله بن حبيش قال : قال رسول الله ﷺ : ( من قطع سدرة صوب الله رأسه في النار )[١٢٣] . سئل أبو داود عن معنى الحديث ، فقال : هذا الحديث مختصر ، يعنى من قطع سدرة في فلاة يستظل بها ابن السبيل والبهائم عبثا وظلما بغير حق يكون له فيها صوب الله رأسه في النار .

وحافظ الإسلام على الثروة الحيوانية ضمن محافظته على البيئة لأنها تعتبر من الثروات الطبيعية وصحتها تعتبر صحة للإنسان .

٨٩ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه قال : قال النبي ﷺ : ( لا يوردن ممرض على مصح )[١٢٤] .

**الحجر الصحي والتحذير من العدوى :**

تعد مشكلة تلوث البيئة صحيا من المشاكل المهمة والحديثة في الوقاية ، ولم تنل اهتمام التشريعات الداخلية والاتفاقات الدولية إلا في عهد قريب ، حيث أولت الدول والمنظمات هذه الظاهرة الخطيرة ما تستحقه من إهتمام . فبدأت

تلمس مصادر التلوث الصحي من جهة وطرق مكافحته والقضاء عليه من جهة أخـرى و من ذلك الحجر الصحي . في حين أن الإسلام سبق العلم في هذا الجانب حيث بين طرق المكافحة والقضاء عليها أو الحد من انتشارها وعن أبي هريرة رضى الله عنه قال : قال عليه الصلاة والسلام : ( لا يوردن ممرض على مصح )[١٢٥] .

والحجـر الصحى هو عزل الأماكن والناس عند تفشى ا لأمراض المعدية مثل : الطاعون ، الجدرى ، الجذام الكوليرا ، وغيرها . ولاشك أن منع دخول الناس إلى الأماكن الموبؤة وكذلك الخروج منها يساعد على حصر الوباء والتغلب عليه وعدم انتشار عدواه بين الناس .

٩٠ ـ عن اسـامـة بن زيد رضى الله عنـه قال : قال رسـول الله ﷺ : ( الـطاعون رجس ، أرسل على طائفة من بني اسرائيل ، أو على من كان من قبلكم ، فإذا سمعتم به بأرض فلا تَقدمَوا عليه ، وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلا تخرجوا فرارا منه )[١٢٦] .

٩١ ـ وعن عائشـة رضى الله عنهـا قالت : سألت رسـول الله ﷺ عن الطاعون ؟ فقال : ( كان عذابا يبعثه الله على من كان قبلكم ، فجعله الله رحمة للمؤمنين . ما من عبد يكون في بلد يكون فيه ، فيمكث فيه لا يخرج من البلد ، صابرا محتسبا ، يعلم أنه لا يصيبه إلا ما كتب الله له . إلا كان له مثل اجر شهيد )[١٢٧] .

٩٢ ـ عن عمرو بن الشريد عن أبيه قال : كان في وفد ثقيف رجل مجذوم ، فأرسل إليه النبي ﷺ : ( إنا بايعناك فارجع )[١٢٨] .

٩٣ ـ وعن أبي هريرة رضى الله عنه يقول : قال رسول الله ﷺ : ( . . فر من المجذوم كما تفر من الاسد )[١٢٩] .

فالحجـر الصحي أو العـزل يعتـبر الأسـاس في الوقاية لأنه مازالت هناك أمراض كثيرة معدية لم يكتشف العلم لها أمصالا أو لقاحات حتى الآن ، وكذلك بالنسبـة للأمراض المعدية التى لا تساعد التحصينات اللازمة على الوقاية منها ١٠٠٪ إذن فهو يعتبر الوسيلة الفعالة لمنع انتشار المرض .

## البعد عن السهر والاجهاد والاخطار:

## النوم والوقاية:

النـوم سنـة حيوية ، وضرورة يعتمد عليها الإنسان ، كأي كائن حي ، لراحة جسمه وفكره ، وقلبه ، حتى يستطيع متابعة حياته بعزيمة ونشاط متجددين .

قال تعالى : ﴿وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦ مَنَامُكُم بِٱلَّيْلِ وَٱلنَّهَارِ وَٱبْتِغَآؤُكُم مِّن فَضْلِهِۦٓ﴾(١٣٠) .

وقال تعالى : ﴿ وَهُوَ ٱلَّذِى جَعَلَ لَكُمُ ٱلَّيْلَ لِبَاسًا وَٱلنَّوْمَ سُبَاتًا ﴾(١٣١) .

والنوم الجيد كما يقرر الأطباء يساعد على الإسراع في عملية الشفاء ، ويقلل من مضـاعفات المرض ، كما أنه يعيد إلى الجسم حيويته ، ويعمل على زيادة الوزن في فترة النقاهة ، ولا عجب أن أقيمت في أمريكا عيادات خاصة للنوم يعـالـج فيهـا المصـابـون بالأرق وأغلبهم ممن يعانون من الأمراض النفسية ، فالإنسـان الـذي يمنـع من النوم بالوسائل الصناعية يفقد القدرة على التفكير السليم والتركيز ويصاب بالتوتر وسرعة التهيج وانحراف المزاج ، كما يفقد الرغبة في الطعام والشراب ويتناقص وزنه تدريجيا ، وتسوء حالته النفسية لدرجة كبيرة ، وقد يصل إلى مرحلة الجنون(١٣٢) .

٩٤ ـ فمن حديث أنس بن مالك رضى الله عنه قال : جاء ثلاث رهط إلى بيوت أزواج النبي ﷺ يسألون عن عبادة النبي ﷺ ، فلما أخبروا كأنهم تقالوها ، فقالوا : وأين نحن من النبي ﷺ ، قد غفر له ما تقدم من ذنبه وما تأخر ، قال أحدهم أما أنا فإني أصلى الليل أبدا ، وقال آخر : أنا أصوم الدهر ولا أفطر ، وقال آخر : أنا أعتزل النساء فلا اتزوج أبدا .

فجـاء رسول الله ﷺ فقال : ( أنتم الذين قلتم كذا وكذا ؛ أما والله إني لأخشاكم لله وأتقاكم له . لكني أصوم وأفطر ، وأصلى وأرقد وأتزوج النساء ، فمن رغب عن سنتي فليس مني )(١٣٣) .

٩٥ ـ وعن عبـدالله بن عمرو قال : قال النبي ﷺ : ( . . فإن لجسدك عليك حقا وإن لعينك عليك حقا ، وإن لزوجك عليك حقا وإن لزورك عليك حقا . . )(١٣٤) .

وفـائدة النوم سكون الجوارح وراحتها مما يعرض لها من التعب ، وهضم الغذاء . وأنفع النوم : أن ينام على الشق الأيمن ، ليستقر الطعام بهذه الهيئة في المعدة استقرارا حسنا ، فإن المعدة أميل إلى الجانب الأيسر قليلا ، ثم يتحول إلى الشق الأيسر قليلا ليسرع الهضم بذلك لاستمالة المعدة على الكبد ، ثم يستقر نومه على الجانب الأيمن ، ليكون الغذاء أسرع انحدارا عن المعدة ، وكثرة النوم على الجانب الأيسر مضر بالقلب بسبب ميل الأعضاء إليه فتنصب إليه المواد[١٣٥] .

٩٦ ـ ومـن حديث الـبراء بن عازب قال : قال النبي ﷺ : ( إذا أتيت مضجعك ، فتوضأ وضوءك للصلاة ، ثم اضطجع على شقك الايمن ، ثم قل اللهم إني أسلمت وجهي إليك ، وفـوضت أمـري اليك ، وألجـأت ظهـري إليك . رغبـة ورهبة إليك . لا ملجأ ولا منجا منك إلا إليك . اللهم آمنت بكتـابـك الذي أنزلت وبنبيك الذي أرسلت . فإن مت من ليلتك فأنت على الفطرة . واجعلهن آخر ما تتكلم به )[١٣٦] .

ونوم النهار رديء يورث الأمراض الرطوبية والنوازل ويفسد اللون ويورث الطحال ويرخي العصب وأرداه نوم أول النهار وهو وقت قسمة الأرزاق . ورأى عبدالله بن عباس ابنا له نائما نومة الصبحة فقال له قم أتنام في الساعة التي تقسم فيها الأرزاق ؟[١٣٧] .

قال تعالى : ﴿ وَسَخَّرَ لَكُمُ ٱلشَّمْسَ وَٱلْقَمَرَ دَآئِبَيْنِ وَسَخَّرَ لَكُمُ ٱلَّيْلَ وَٱلنَّهَارَ ﴾[١٣٨] .

وإذا ما حاول الإنسان مخالفة سنة الحياة هذه والحقيقة العلمية ، بحيث ينام في النهـار ويسعي في الليل فإنـه معـرض لأضرار صحية عديدة كالإرهـاق العصبى ، وضعف الحيوية التى تمنحـه إياهـا أشعة الشمس كما يكون مظهرا لمرض نفسي يعانى منه الشخص[١٣٩] .

**الغلو في العبادة والاجهاد :**

قال تعالى : ﴿ وَٱعْلَمُوٓا۟ أَنَّ فِيكُمْ رَسُولَ ٱللَّهِ ۚ لَوْ يُطِيعُكُمْ فِى كَثِيرٍ مِّنَ ٱلْأَمْرِ لَعَنِتُّمْ وَلَٰكِنَّ ٱللَّهَ حَبَّبَ إِلَيْكُمُ ٱلْإِيمَٰنَ وَزَيَّنَهُۥ فِى قُلُوبِكُمْ وَكَرَّهَ إِلَيْكُمُ ٱلْكُفْرَ وَٱلْفُسُوقَ وَٱلْعِصْيَانَ ۚ أُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلرَّٰشِدُونَ فَضْلًا مِّنَ ٱللَّهِ وَنِعْمَةً ﴾(١٤٠) .

فالله وضـع هذه الشريعـة المباركة حنيفية سمحة سهلة ، حفظ فيها على الخلق قلوبهم ، وحببها لهم بذلك ، فلو عملوا على خلاف السماح والسهولة ، لدخل عليهم فيما كلفوا به مالا تخلص به أعمالهم(١٤١) .

٩٧ ـ عن عائشة رضى الله عنها أن النبي ﷺ دخل عليها وعندها امرأة ، قال : ( من هذه ؟ قالت : فلانه تذكر من صلاتها ، قال : (مه ؛ عليكم بما تطيقون ، فوالله ، لا يمل الله حتى تملوا)(١٤٢) .

٩٨ ـ وعن أنس قال : دخل النبي ﷺ ، فإذا حبل ممدود بين الساريتين ، فقال : ( ما هذا الحبل ؟) قالوا : هذا حبل لزينب ، فإذا فترت تعلقت . فقال النبي ﷺ : ( لا حلوه ، ليصل أحدكم نشاطه ، فإذا فتر فليقعد )(١٤٣) .

وقد أنكر النبي ﷺ على عبد الله بن عمرو بن العاص وغيره الغلو في التعبد مذكرا بحق أبدانهم وأسرهم ومجتمعهم عليهم .

٩٩ ـ عن عبدالله بن عمرو بن العاص قال : قال لي رسول الله ﷺ : ( يا عبدالله ، ألم أخبر أنك تصوم النهار وتقوم الليل ) فقلت : بلى يارسول الله ؛ قال : ( فلا تفعل ، صم وأفطر ، وقم ونم ، فإن لجسد عليك حقا ، وإن لعينك عليك حقا ، وإن لزوجك عليك حقا ، وإن لزورك عليك حقا ، وإن بحسبك أن تصوم كل شهر ثلاثة أيام ، فإن لك بكل حسنة عشرة أمثالها ، فإن ذلك صيام الدهر كله ) فشددت فشدد على ، قلت : يارسول الله ؛إني أجد قوة . قال : ( فصم صيام نبي الله داود عليه السلام ، ولا تزد عليه ) قلت وما كان صيام نبي الله داود عليه السلام ؛ قال : ( نصف الدهر ) فكان عبدالله يقول بعد ما كبر : ياليتني قبلت رخصة النبي ﷺ(١٤٤) .

١٠٠ ـ وعنـه أيضا قال : قال لى النبي ﷺ : ( إنك لتصوم الدهر وتقوم الليل ؟) قلت نعم . قال : ( إنك إذا فعلت ذلك ، هجمت له العين ، ونفهت له النفس ، لا صام من صام الدهر ، صوم ثلاثة أيام صوم الدهر كله ) قلت : فإني أطيق أكثر من ذلك . قال : ( فصم صوم داود عليه السلام ، كان يصوم يوما ويفطر يوما ، ولا يفر إذا لاقى )[١٤٥].

**البعد عن الأخطار والمهالك :**

فإذا أمر الاسلام بالابتعاد عن الإجهاد في العبادة ، وقاية لصحة الإنسان الجسدية والنفسية ، فإنه لم يغفل عن المتاعب الأخرى التي يمكن أن تصيبه ، فقـد حرص على وقايته منها ، فلا يجوز للمسلم أن يتخذ سلوكا يعرض نفسه للخطر أو يلقي به إلى المهالك ، كتعريض نفسه وبيته للحريق ، أو تعريض طعامه وشرابه للتلوث ، وينسحب ذلك على جميع أنواع البلاء ، مثل حوادث السيارات وغيرها .

قال تعـالى : ﴿ وَلَا تَقْتُلُوٓاْ أَنفُسَكُمْ ﴾[١٤٦]. وقـال تعـالى : ﴿ وَلَا تُلْقُواْ بِأَيْدِيكُمْ إِلَى ٱلتَّهْلُكَةِ ﴾[١٤٧].

١٠١ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنـــه قال : قال رسـول الله ﷺ : ( إذا عرستم فاجتنبوا الطريق فإنها طرق الدواب ومأوى الهوام بالليل )[١٤٨].

١٠٢ ـ وعنه رضى الله عنه قال : قال عليه الصلاة والسلام : ( إذا أوى أحدكم إلى فراشه فلينفض فراشه بداخلة إزاره ، فإنه لا يدرى ما خلفه عليه . . )[١٤٩].

١٠٣ ـ وعن أبي موسى رضى الله عنه قال : احترق بيت بالمدينة على أهله من الليل فحدث بشأنهم النبي ﷺ قال : ( إن هذه النار عدو لكم فإذا نمتم ، فاطفئوها عنكم )[١٥٠].

١٠٤ ـ وعن جابـر رضى الله عنـه قال : قال رسـول الله ﷺ : ( أطفئوا المصابيح إذا رقدتم ، وغلقوا الأبواب ، وأوكوا الأسقية وخمروا ـ غطوا ـ الطعام والشراب )[١٥١].

ونبه عليه في السفر أن يأخذ احتياطاته الصحية . من حيث النظافة والتزود بالزاد المناسب . الذي يتقي به المرض ، وينهى عن الوحدة ، ويؤمر فيه بالتعجيل في العودة لما فيه من مشقة .

١٠٥ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه قال : قال عليه السلام : ( السفر قطعة من العذاب ، يمنع أحدكم نومه وطعامه وشرابه ، فإذا قضى أحدكم نهمته من سفره ، فليعجل الرجعة إلى أهله )[١٥٢] .

عن ابن الحنظلية قال . قال عليه الصلاة والسلام في العناية بالراحلة عند السفر ( فاصلحوا رحالكم )[١٥٣] وذلك للوقاية من أخطار العطل في الطريق .

١٠٦ ـ عن ابن عمر رضى الله عنهما ، أن النبي ﷺ ، نهى عن الوحدة ، أن يبيت الرجل وحده أو يسافر وحده[١٥٤] .

١٠٧ ـ وعن حذيفة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( لا ينبغي لمسلم أن يُذِلَّ نفسه ) قالوا : وكيف يذل نفسه ؟ قال : ( يتعرض من البلاء مالا يطيق )[١٥٥] .

والواقع أن الإسلام لم يترك جانبا من جوانب الصحة العامة ، نفسية كانت أو عضوية إلا وتعرض لها واثبت فيها إعجازه .

**البعد عن الخبائث والفواحش والمحرمات :**

**من الأطعمة**

قا تعالى : ﴿ وَيُحِلُّ لَهُمُ ٱلطَّيِّبَٰتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ ٱلْخَبَٰٓئِثَ ﴾[١٥٦] .

هذه الآية الكريمة توضح وتبين القاعدة الصحية الأساسية التي جعلها الله عز وجل دستور هذه الأمة .

فالغذاء يدخل تحت ظل هذه القاعدة الكبيرة ، فالإشارة إلى الطيب سهل على الإنسان الحصول على مايلزمه من حاجات الغذاء ، وتحريم الخبيث جعله في حماية من أمراض الخبائث وما ينتج عنها من ويلات للبشرية .

قال تعالى : ﴿ حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ ٱلْمَيْتَةُ وَٱلدَّمُ وَلَحْمُ ٱلْخِنزِيرِ وَمَآ أُهِلَّ لِغَيْرِ ٱللَّهِ بِهِۦ وَٱلْمُنْخَنِقَةُ وَٱلْمَوْقُوذَةُ وَٱلْمُتَرَدِّيَةُ وَٱلنَّطِيحَةُ وَمَآ أَكَلَ ٱلسَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى ٱلنُّصُبِ ﴾(١٥٧) .

فتحريم الميتة وقاية للإنسان لما قد يتعرض له من أمراض إذا تناولها لأن الميتة هي ما فارقته الحياة من غير ذكاة ـ فاللحم الذي لا يصفى منه الدم جيدا لا يكون صالحا وذلك لوجود السائل الزلالى في الأوعية الذي ييسر للجراثيم إنتشارها بسرعة وسط اللحم(١٥٨) .

والتذكية الشرعية تؤمن إستنزاف دم الحيوان على أحسن وجه ، ويدخل في هذا الخبيث المنخنقة والموقوذة والمتردية والنطيحة وما أكل السبع حيث أنها لم تذكى لإخراج الدم منها الذي يعتبر الوسط الجيد لنمو شتى الجراثيم .

١٠٨ ـ عن عبدالله بن عباس رضى الله عنهما ، إن رسول الله ﷺ مر بشاة ميتة فقال : ( هلا استمتعتم بإهابها ) قالوا إنها ميتة ، قال : ( إنما حرم أكلها )(١٥٩) .

١٠٩ ـ وعن ابن عباس رضى الله عنهما ، إن أكل الكلب فقد أفسده ، إنما أمسك على نفسه ، والله يقول : تعلمونهن مما علمكم الله . فتضرب وتعلم حتى تترك(١٦٠) .

١١٠ ـ وعن ثعلبة رضى الله عنه ، عن النبي ﷺ قال : ( إذا رميت بسهمك فغاب عنك ، فأدركته ، فكله ما لم ينتن )(١٦١) .

١١١ ـ وعن عدي بن حاتم رضى الله عنه قال : قال النبي ﷺ : ( إذا أرسلت كلابك المعلمة وذكرت اسم الله عليها ، فكل مما أمسكن عليك وإن قتلن . إلا أن يأكل الكلب فإن أكل فلا تأكل فإني أخاف أن يكون إنما أمسك على نفسه ، وإن خالطها كلاب من غيرها فلا تأكل )(١٦٢) .

وبما أن الدم هو الوسط الصالح لنمو الجراثيم فقد حُرّم أيضا لأنه يعتبر من الخبائث التى تعرض الإنسان للمهالك .

قال تعالى : ﴿قُل لَّآ أَجِدُ فِي مَآ أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَىٰ طَاعِمٍ يَطْعَمُهُۥٓ إِلَّآ أَن يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَّسْفُوحًا ﴾[163] . ويزداد ضرره عندما يكون دم حيوان مريض بأي مرض حيث أن وظيفة الدم تكمن في حمل فضلات الجسم وسمومه ونتاج أفعال الهدم لطرحها إما عن طريق الكلية أو التعرق فلذا لا يعتبر الدم غذاء بشريا .

١١٢ ـ عن عبدالله بن عمر رضى الله عنهما ، أن رسول الله ﷺ قال : ( أحلت لكم ميتتان ودمان ، فأما الميتتان فالحوت والجراد ، وأما الدمان فالكبد والطحال )[164] .

* فالكبد والطحال فهما مباحان ويزودان الجسم بكمية جيدة من الحديد .

وقد حرم الشرع لحم الخنزير واعتبره رجسا قال تعالى : ﴿ . . أَوْ لَحْمَ خِنزِيرٍ فَإِنَّهُۥ رِجْسٌ )[165] .

فالخنزير حيوان قذر في طراز حياته ، شبق ، حريص ، نهم ، يلتهم الأقذار والنجاسات ، والجيف حتى جيف أقرانه .

على أن الأطباء والعلماء الآخرين بحثوا في هذا الرجس المترتب على أكل لحم الخنزير فأثبتوا أن لحمه هو الناقل الوحيد لدودة ـ النيناسوليم ـ وهو أشد الديدان فتكا بالإنسان كما أن الخنزير ينقل مرض التريخينا ولا يمكن الكشف عليه إلا إذا فحصت جميع ألياف عضلات الخنزير قطعة قطعة بواسطة المجهر . وهو أمر غير ممكن عادة ، كما أن لحم الخنزير ينقل أمراضا أخري كالباراتيفويد وقد نهى الإسلام عن أكل لحم الجلاله وهو الحيوانات التى تأكل القذارة ، والخنزير معروف بميله الشديد إليها[166] .

١١٣ ـ عن ابن عمر رضى الله عنهما قال : انهى رسول الله ﷺ عن أكل الجلالة وألبانها )[167] .

**تحريم المسكرات :**

قال تعالى : ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ إِنَّمَا ٱلْخَمْرُ وَٱلْمَيْسِرُ وَٱلْأَنصَابُ وَٱلْأَزْلَٰمُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ ٱلشَّيْطَٰنِ فَٱجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ إِنَّمَا يُرِيدُ ٱلشَّيْطَٰنُ أَن يُوقِعَ بَيْنَكُمُ ٱلْعَدَٰوَةَ وَٱلْبَغْضَآءَ فِى ٱلْخَمْرِ وَٱلْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَن ذِكْرِ ٱللَّهِ وَعَنِ ٱلصَّلَوٰةِ فَهَلْ أَنتُم مُّنتَهُونَ ﴾[١٦٨] .

فكما أباح الله كل طيب فقد حرم كل خبيث والخمر والمخدرات بمختلف أنواعهما خبيثة بل من أشد الخبائث وأعظمها .

١١٤ ـ عن عائشة رضى الله عنها ، عن النبي ﷺ قال : ( كل شراب أسكر فهو حرام )[١٦٩] .

١١٥ ـ وعن ابن عمر رضى الله عنهما قال : قام عمر على المنبر فقال : أما بعد نزل تحريم الخمر وهي من خمسة العنب والتمر والعسل والحنطة والشعير والخمر ما خامر العقل[١٧٠] .

١١٦ ـ وعن جابر رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( ما أسكر كثيره فقليله حرام )[١٧١] . والخمر هى كل شراب مسكر ، كما جاء في الحديث عن ابن عمر قال : قال رسول الله ﷺ :

١١٧ ـ ( كل مسكر خمر وكل مسكر حرام)[١٧٢] .

ولذلك يشمل البنج والأفيون والكوكايين والهيروين والحشيش . . وما إلى ذلك مما يسكر الإنسان ويفقد وعيه من أجل تعاطيه وهو يشمل ما كان موجودا في عصر النبي ﷺ وأصحابه وما أحدث بعدهم كالمتخذ من لبن الجوز الهندي والحنطة والتفاح والبصل ، وسائر الأنواع الحادثة كالويسكى والشمبانيا والبيره ونحوها[١٧٣] .

فللمسكرات أضرار نفسية وعقلية وصحية ومالية واجتماعية ودينية أي تشمل الإنسان في جميع حالاته فهي تفسد المعدة وتغير الخلق ، وتضعف الحواس ، وتهيج الشعب التنفسية وتؤدي إلى السل وتولد الجنون وتهلك النسل وتفني الثروة وتوقع النزاع والخصام وتجلب المهانة وتبعد عن الدين وتؤدى إلى النار والعياذ بالله .

١١٨ ـ عن أبي موسى رضى الله عنـه ، أن النبي ﷺ قال : ( ثلاثة لا يدخلون الجنة : مدمن خمر ، وقاطع الرحم ، ومصدق بالسحر . . . )[١٧٤] .

١١٩ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه ، أن رسول الله ﷺ قال : ( إن الله حرم الخمر وثمنها)[١٧٥] .

١٢٠ ـ وعن ابن عمر رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( لعن الله الخمر وشاربها وساقيها وبائعها ـ ومبتاعها ـ وعاصرها ومعتصرها وحاملها والمحمولة إليه )[١٧٦] .

ـ والأحاديث في هذا الباب كثيرة ومستفيضة جمع رسول الله ﷺ بما أوتي من جوامع الكلم كل ما غطى العقل وما أسكر ولم يفرق بين نوع ونوع ، ولا تأثير لكونه مأكولا أو مشروبا . . وقد حدثت أشربة كثيرة بعد النبي ﷺ وكلها داخلة في الكلم الجوامع من الكتاب والسنة[١٧٧] .

١٢١ ـ عن أم سلمة رضى الله عنها قالت : نهى رسول الله ﷺ عن كل مسكر ومفتر[١٧٨] .

فإذا حرم الله المسكرات والمخدرات بسائر أنواعها لما لها من أضرار خطيرة على الفرد والأمة فأن التبغ أو التتن ـ التدخين بسائر أنواعه سواء كان بواسطة النارجيلة المعروفة أو السيجارة أو يستنشقه أو يضعه في فمه ويمجه ـ وكذلك القات فقد ثبت علميا أن أضرارها لا تقل خطورة عن سابقيها ولقد نشر الأطباء والعلماء في السنوات الأخيرة في بيان أضرار هذا الداء الخبيث منها : ضياع المال ذهاب الأوقات ـ الجناية على الصحة كالتهاب المعدة ـ القرحة ـ التهاب الكبد ـ اختلال نبضات القلب فقدان الشهية ـ اضطراب النوم ـ ضعف القلب والقوى العامة ـ البلغم والسعال ـ الأمراض الصدرية وغيرها الكثير مما اكتشف ومما لم يكتشف والخلاصة إنتحار . .

فصحة المجتمع من صحة الفرد ولإقامة مجتمع صحيح سليم معافى لابد من نبذ الفساد كي لا ينتشر في أرجائه ولا تسري الخبائث في أنحائه ولا يدخل الدمار إلى بيئته ويهلك أفراده بل لابد من ازدراء أصحاب المعاصى ولفظهم

واحتقارهم . . وتضيق الخناق عليهم حتى يكون المجتمع طاهرا نظيفا من الموبقات والأرجاس .

قال تعالى : ﴿ كُنتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ ﴾[179] .

**تحريم الزنا والشذوذ :**

فكما حرم الخبيث من الطعام والشراب فقد حرم الفاحش من الأفعال . . فالإنسان هو المخلوق السوي على هذه الأرض وما عليها مسخر لأمره فقد خلقه الله في أحسن صورة وعلمه ما لم يعلم أحد من ملائكته . . وأنزل عليه رسالاته لتوجيهه إلى الطريق السوي كلما ضل وحاد عنه . . وأحل له الطيب وحرم عليه الخبيث .

وحفاظا على صحة الإنسان البدنية والنفسية والعقلية حرم عليه ما يؤدي إلى دمار جسده ويجر على الأمة وبال الأمراض الفاتكة . . فقد حرم الزنا واللواط والسحاق وجميع ظواهر الشذوذ الأخرى .

فهذه الأفعال تعتبر من أبشع الفواحش لما تناله من كرامة الإنسان والإنسانية . . وتنزل بالبشرية إلى مستوى البهيمية بل أحط منها أحيانا ولما تشيعه في المجتمع من أمراض فاتكة تؤدي إلى انهياره .

قال تعالى : ﴿ وَلَا تَقْرَبُوا الزِّنَىٰ إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا ﴾[180] .

وقال تعالى : ﴿ وَلَا تَقْرَبُوا الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ ﴾[181] .

١٢٢ ـ وعن أنس رضي الله عنه ، عن الرسول ﷺ قال : ( من أشراط الساعة ـ وذكر ـ وظهر الزنا )[182] .

١٢٣ ـ وعن ابن عباس رضي الله عنهما ، عن الرسول ﷺ قال : ( إذا ظهر الزنا والربا في قرية فقد أحلوا بأنفسهم عذاب الله )[183] .

فالزنا سبب لأمراض خطيرة يصاب بها الزاني والزانية ومنه الزهري والسيلان والقرحة والرخوة ، العسرة البرء ، وهذه الأمراض أشد المصائب وأخطرها على

العـائلات وأشدها تهديدا للنمو والصحة والتقدم الطبيعى للشعوب(١٨٤) ويأتي على قائمتها طاعون العصر الإيدز .

١٢٤ ـ عن ابن عمر رضى الله عنهما ، قال رسول الله ﷺ : ( . . لم تظهر الفاحشة في قوم قط حتى يعلنوا بها ، إلا فشا فيهم الطاعون والأوجاع التى لم تكن مضت في أسلافهم الذين مضوا )(١٨٥) .

ـ واللواط من الكبـائـر المهلكـة ، وأعـظم الفـواحش والمنكرات وأقبحها وأشنعهـا ، وهـو محرم في جميع الأديان والملل . . تنفـر منه الطباع السليمة ، وحكمت الشرائـع والعقول بتحريمه . فاللواط قتال للأخلاق الفاضلة وناشر للأمراض الفاتكة ، ورذالة لا تفعله البهائم والوحوش النافرة ، فاعله ملعون على لسان الرسول ومطرود من رحمة رب العالمين(١٨٦) .

قال تعالى : ﴿إِنَّكُمْ لَتَأْتُونَ ٱلرِّجَالَ شَهْوَةً مِّن دُونِ ٱلنِّسَآءِ بَلْ أَنتُمْ قَوْمٌ مُّسْرِفُونَ﴾(١٨٧) .

١٢٥ ـ عن جابـر رضى الله عنـه ، عن النبي ﷺ : ( أخـوف ما أخاف عليكم عمل قوم لوط )(١٨٨) .

١٢٦ ـ عن ابن عباس رضى الله عنهما عن النبي ﷺ قال : ( من وجدتموه يعمل عمل قوم لوط فاقتلوا الفاعل والمفعول به )(١٨٩) .

فاللواط علة شاذة ولوثة أخلاقية ومرض نفسي خطير بجانب ذلك يسبب اختلالا كبيرا في توازن عقل المرء وارتباكا عاما في تفكيره ، ويصيب مقترفيه بضيق الصـدر ، ويزرؤهم بخفقـان القلب ، ويتركهم بحـال من الضعف العـام ويعرضهم للإصابة بشتى الأمراض ويجعلهم نهبة لمختلف العلل والأوصاب .

كما أن الإسـلام حرم الفـاحشة حفاظا على الصحة فقد حافظ على فطرة الإنسـان الـطبيعية حيث جعـل الـزواج هو المنـظم الطبيعى لانطلاق الشهوة وممارستها بالصورة المتوازنة التى تحول دون نحول الجسد أو تدميره وبين الأوضاع الضارة منه .

قال تعالى : ﴿ فَٱعْتَزِلُواْ ٱلنِّسَآءَ فِى ٱلْمَحِيضِ ﴾(١٩٠) .

١٢٧ ـ ومن حديث ابن عباس رضى الله عنه : ( نسائكم حرث لكم فأتوا حرثكم أنى شئتم ) أقبل وأدبر واتق الحيضة والدبر )[١٩١] .

فهذه الأفعال الفاحشة كانت السبب في ظهور الأيدز الذي يسمى بطاعون العصر والذي أردى بحياة الالآف من البشر ومازال في تزايد مستمر وخطر مدمر .

١٢٨ ـ عن بريدة رضى الله عنه ، عن النبى ﷺ قال : ( ولا ظهرت الفاحشة في قوم إلا سلط الله عليهم الموت )[١٩٢] .

فهذه الأمراض الوبائية تحصد أرواحهم .

## الغذاء

إذا كانت الوقاية تعتبر العنصر الأول من عناصر الحفاظ على الصحة ، فلا يقل الغذاء أهمية عن ذلك فهو قوام الحياة الأول . فقد خلق الله سبحانه وتعالى الإنسان وأسكنه هذه الأرض ليعمرها ، ووهبه من النعم ما يحفظ به حياته وصحته قال تعالى : ﴿وَجَعَلَ فِيهَا رَوَاسِيَ مِن فَوْقِهَا وَبَارَكَ فِيهَا وَقَدَّرَ فِيهَا أَقْوَاتَهَا فِي أَرْبَعَةِ أَيَّامٍ سَوَاءً لِّلسَّائِلِينَ ﴾[١٩٣] .

فلقد وجه الإسلام الإنسان إلى الطيب من الرزق ليبعده عن الخبيث وأضراره قال تعالى : ( كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ )[١٩٤] .

وقال تعالى : ﴿ وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا ﴾[١٩٥] .

فحفاظ الإنسان على صحته هو حفاظ لقوته والمؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف .

١٢٩ ـ فعن أبي هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( المؤمن القوي خير و أحب إلى الله من المؤمن الضعيف )[١٩٦] فلقد أرشد الله عباده إلى إدخال ما يقيم البدن من الطعام والشراب عوض ما تحلل منه وأن يكون بقدر ما ينتفع به البدن في الكمية والكيفية ، فمتى جاوز ذلك كان إسرافا ، وكلاهما مانع من الصحة جالب للمرض قال تعالى : ﴿ كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَلَا تَطْغَوْا فِيهِ ﴾[١٩٧] . وقال تعالى : ﴿ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا ﴾[١٩٨] .

**الحرص على الغذاء المتوازن :**

والغذاء الصحي هو الغذاء المتوازن من حيث الكم ، فالاسراف في الغذاء مضر بالصحة لما يؤدي إليه من أمراض فرط الغذاء ( أمراض التخمه ) وهو مخالف لتعاليم الإسلام .

١٣٠ ـ عن المقدام بن معدي كرب رضى الله عنه قال : سمعت رسول الله ﷺ يقول : ( ما ملأ آدمي وعاء شرا من بطن . بحسب ابن آدم أكلات يقمن صلبه ، فإن كان لا محالة فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه )[١٩٩] .

١٣١ ـ وعن ابن عمر رضى الله عنهما قال : قال رسول الله ﷺ : ( إن المؤمن يأكل في معاء واحد ، وإن الكافر يأكل في سبعة أمعاء )[٢٠٠] .

١٣٢ ـ وعن جابر رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( طعام الواحد يكفي الاثنين ، وطعام الاثنين يكفي الأربعة ، وطعام الأربعة يكفي الثمانية)[٢٠١] .

١٣٣ ـ وعن عائشة رضى الله عنها قالت : ما شبع آل محمد ﷺ منذ قدموا المدينة ، ثلاث ليال تباعا ، من خبز بُرّْ ، حتى توفى ﷺ[٢٠٢] .

١٣٤ ـ وعن ابن عمر رضى الله عنهما قال : تجشأ رجل عند النبي ﷺ فقال : ( كُفّ عنا جُشاءك فإن أكثرهم شبعا في الدنيا أطولهم جوعا يوم القيامة)[٢٠٣] .

**تنوع الغذاء :**

يفضل الإسلام الغذاء المتنوع الكامل من حيث المحتوى ، الذى يشتمل على أنواع مختلفة من الأغذية التى أنعم الله بها على عباده ، لسد حاجة الجسم من البروتينات والدهنيات والسكريات والأملاح والفيتامينات وغيرها .

فلم يكن من عادته ﷺ حبس النفس على نوع واحد من الأغذية لايتعداه إلى ما سواه فإن ذلك يضر بطبيعة الجسم .

**اللحـوم:**

١٣٥ ـ فعن أبي هريرة رضى الله عنه قال : ( أُتى رسول الله ﷺ بلحم ، فرفع إليه الذراع وكان تعجبه ، فنهس منها نهسة . . )[٢٠٤] .

١٣٦ ـ وعن عبدالله بن جعفر رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( أطيب اللحم لحم الظهر )[٢٠٥] .

١٣٧ ـ وعن أنس رضى الله عنه قال : أنفجنا أرنبا بمر الظهران ، فسعى القوم فلغبوا فأدركتها ، فأخذتها فأتيت بها أبا طلحة ، فذبحها ، وبعث بها إلى رسول الله ﷺ بوركيها أو فخذيها فقبله ، وأكل منه[٢٠٦] .

والإنسان بطبعه يحب أكل لحم الطير في الدنيا ولذا فهو يشتهى أكله في الآخرة .

قال تعالى : ﴿ وَلَحْمِ طَيْرٍ مِّمَّا يَشْتَهُونَ ﴾[٢٠٧] .

١٣٨ ـ عن أبي موسى رضى الله عنه قال : رأيت النبى ﷺ يأكل دجاجا[٢٠٨] .

قال تعالى : ﴿ وَهُوَ الَّذِى سَخَّرَ الْبَحْرَ لِتَأْكُلُوا۟ مِنْهُ لَحْمًا طَرِيًّا ﴾[٢٠٩] .

١٣٩ ـ عن ابن عمر رضى الله عنهما أن رسول الله ﷺ قال : ( أحلت لكم ميتتان ودمان ، فأما الميتتان فالحوت والجراد ، وأما الدمان فالكبد والطحال )[٢١٠] .

١٤٠ ـ وعن أبي هريرة رضى الله عنه يقول : سأل رجل النبي ﷺ فقال : يارسـول الله ، إنا نركب البحر ونحمل معنا القليل من الماء ، فإن توضأنا به عطشنا ، أفنتوضأ بماء البحر ؟ فقال رسول الله ﷺ : ( هو الطهور ماؤه ، الحل ميتته )[٢١١] .

١٤١ ـ عن جابر بن عبدالله رضى الله عنه قال : بعثنا رسول الله ﷺ ثلاثمائة راكب ، أميرنا أبو عبيدة بن الجراح ، نرصد عير قريش فأقمنا بالساحل نصف شهـر ، فأصـابنـا جوع شديد حتى أكلنا الخبط ، فسمى ذلك الجيش جيش

الخبط ، فألقى لنا البحر دابة يقال لها العنبر ، فأكلنا منه نصف شهر ، وأدهنا من ودكه ، حتى ثابت الينا أجسامنا . فأخذ أبو عبيدة ضلعا من أضلاعه فنصبه ، فعمد إلى أطول رجل معه ، وأخذ رجلا وبعيرا فمر تحته[٢١٢] .

## اللبن

قال تعالى : ﴿ وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهِ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَبَنًا خَالِصًا سَائِغًا لِلشَّارِبِينَ ﴾[٢١٣] .

وقال تعالى : ﴿ فِيهَا أَنْهَارٌ مِنْ مَاءٍ غَيْرِ آسِنٍ وَأَنْهَارٌ مِنْ لَبَنٍ لَمْ يَتَغَيَّرْ طَعْمُهُ ﴾[٢١٤] .

١٤٢ ـ عن أبي هريرة رضي الله عنه قال : أُتي رسول الله ﷺ ليلة اسري به بإيلياء بقدحين من خمر ولبن فنظر إليهما فأخذ اللبن ، قال جبريل : ( الحمد لله الذي هداك للفطرة لو أخذت الخمر غوت أمتك )[٢١٥] .

١٤٣ ـ وعن ابن عباس رضي الله عنه قال : ( أُتي رسول الله ﷺ بلبن فشرب ، فقال رسول الله ﷺ : إذا أكل أحدكم طعاما فليقل : اللهم بارك لنا فيه ، وأطعمنا خيرا منه ، وإذا سقي لبنا فليقل : اللهم بارك لنا فيه ، وزدنا منه ، فإنه ليس شيء يجزى من الطعام والشراب إلا اللبن )[٢١٦] .

١٤٤ ـ وعن ابن مسعود رضي الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( عليكم بألبان البقر فإنها ترم من كل شجر وهو شفاء من كل داء )[٢١٧] .

١٤٥ ـ عن ابن عمر رضي الله عنهما قال : ( أُتي النبي ﷺ بجبنةٍ في تبوك ، فدعى بسكين فسمى وقطع )[٢١٨] .

١٤٦ ـ عن سلمان رضي الله عنه قال : سئل رسول الله ﷺ عن السمن والجبن والفراء . فقال : ( الحلال ما أحل الله في كتابه ، والحرام ما حرم الله في كتابه ، وما سكت عنه فهو مما عفا عنه )[٢١٩] .

## السمن :

١٤٧ ـ عن أنس بن مالك رضى الله عنه قال : صنعت أم سليم للنبي ﷺ خبزة ، وضعت فيها شيئا من سمن .

ثم قالت : إذهب إلى النبي ﷺ فادعه .

قال ، فأتيته فقلت : أمي تدعوك . قال ، فقام وقال لمن كان عنده من الناس : ( قوموا ) .

قال : فسبقتهم إليها فأخبرتها .

فجاء النبي ﷺ فقال : ( هاتى ما صنعت ) .

فقالت : إنما صنعته لك وحدك .

فقال : ( هاتيه ) فقال : ( ياأنس أدخل على عشرة عشرة ) قال : فمازلت أدخل عليه عشرة عشرة فأكلوا حتى شبعوا . وكانوا ثمانين[٢٢٠] .

## الحبوب :

١٤٨ ـ عن أنس بن مالك رضى الله عنه ، قال : سمعت رسول الله ﷺ يقول : ( فضل عائشة على النساء كفضل الثريد على سائر الطعام )[٢٢١] .

١٤٩ ـ وعن أبي حازم أنه سأل سهلا هل رأيتم في زمان النبي ﷺ النقى ؟ قال : لا . فقلت : كنتم تنخلون الشعير ؟ قال : لا ، ولكن كنا ننفخه[٢٢٢] .

١٥٠ ـ وعن أم أيمن أنها غربلت دقيقا فصنعته للنبي ﷺ رغيفا ، فقال : ما هذا ؟ .

فقالت : طعام نصنعه بأرضنا فأحببت أن أصنع منه لك رغيفا . فقال : رديه فيه ثم اعجنيه[٢٢٣] .

١٥١ ـ وعن عائشة رضى الله عنها ، قالت : كان رسول الله ﷺ إذا أخذ أحدا من أهله الوعك ، أمر بالحساء من الشعير ، فصنع ثم أمرهم فحسوا منه ، ثم يقول : ( إنه ليرتق فؤاد الحزين ويسرو عن فؤاد السقيم كما تسرو إحداكن الوسخ بالماء عن وجهها)[٢٢٤] .

١٥٢ ـ وعن سهل بن سعد قال : إن كنا لنفرح بيوم الجمعة ، كانت لنا عجوز تأخذ أصول السلق ، فتجعله في قدر لها ، فتجعل فيه حبات من شعير ، إذا صلينا زرناها فقربته إلينا ، وكنا نفرح بيوم الجمعة من أجل ذلك ، وما كنا نتغدى ولا نقيل إلا بعد الجمعة ، والله ما فيه شحم ولا ودك[٢٢٥] .

١٥٣ ـ وعن عائشة رضى الله عنها ، قالت : لقد توفي النبي ﷺ ، وما في بيتي من شيء يأكله ذو كبد الا شطر شعير في رف لي ، فأكلت منه حتى طال علي ، فكلته ففنى[٢٢٦] .

**التمر والرطب :**

قال تعالى : ﴿ وَهُزِّىٓ إِلَيۡكِ بِجِذۡعِ ٱلنَّخۡلَةِ تُسَٰقِطۡ عَلَيۡكِ رُطَبًا جَنِيًّا ﴾[٢٢٧] .

١٥٤ ـ وعن عائشة رضى الله عنها ، أن النبي ﷺ قال : ( لا يجوع أهل بيت عندهم التمر )[٢٢٨] .

١٥٥ ـ وعن عائشة رضى الله عنها قالت : قال رسول الله ﷺ : ( يا عائشة بيت لا تمر فيه جياع أهله ) أو جاع أهله .[٢٢٩] .

١٥٦ ـ وعن عائشة رضى الله عنها قالت : توفى رسول الله ﷺ وقد شبعنا من الأسودين التمر والماء[٢٣٠] .

١٥٧ ـ وعن أنس رضى الله عنه قال : كان رسول الله ﷺ يفطر على رطبات قبل أن يصلي ، فإن لم تكن رطبات فتمرات ، فإن لم تكن تمرات ، حساحسوات من ماء[٢٣١] .

ولم يقتصر ﷺ على لون معين من الطعام ، بل جمع بين لونين منه ، لتمام الصحة والعافية ، وليكون الغذاء متوازن .

١٥٨ ـ عن عبدالله بن جعفر رضى الله عنهما قال : رأيت رسول الله ﷺ يأكل الرطب بالقثاء[٢٣٢] .

١٥٩ ـ وعن عائشة رضى الله عنها قالت : كان رسول الله ﷺ يأكل البطيخ بالرطب . فيقول : ( نكسر حر هذا ببرد هذا ، وبرد هذا بحر هذا )[٢٣٣] .

١٦٠ ـ وعن ابني بسُر السلميين رضى الله عنهما قالا : دخل علينا رسول الله ﷺ ، فقدمنا زبدا وتمرا ، وكان يحب الزبد والتمر(٢٣٤) .

١٦١ ـ وعن عائشة رضى الله عنها قالت : كان رسول الله ﷺ يحب الحلواء والعسل(٢٣٥) .

ومثلما حافظ الإسـلام على صحـة الإنسان من خلال الاطعمة المنوعة ، الصالحة لصحته وتغذيته ، بين له بعض الأطعمة الخاصة ، لما لها من فائدة ، وقائية ، وعلاجية ، في آن واحد مثل : العسل ، الكمأة ، الزيت ، الخل . .

**العسل :**

قال تعـالى : ﴿ وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى ٱلنَّحْلِ أَنِ ٱتَّخِذِى مِنَ ٱلْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ ٱلشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ . ثُمَّ كُلِى مِن كُلِّ ٱلثَّمَرَٰتِ فَٱسْلُكِى سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنۢ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَٰنُهُۥ فِيهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾(٢٣٦) .

١٦٢ ـ عن ابن عباس رضى الله عنه ، عن النبي ﷺ قال : ( الشفاء في ثلاث : شربة عسل ، وشرطة محجم ، وكية نار ، وأنهى أمتى عن الكي )(٢٣٧) .

وعن عائشة رضى الله عنها ، قالت : كان يعجبه الحلواء والعسل(٢٣٨) .

١٦٣ وعن أبي سعيد رضى الله عنه : أن رجلا أتى النبي ﷺ فقال : أخي يشتكي بطنـه فقال : ( إسقه عسلا ) ثم أتاه الثانية ، فقال : ( إسقه عسلا ) ثم أتاه الثالثة ، فقال : ( إسقه عسلا ) ثم أتاه فقال : قد فعلت ؟ فقال : ( صدق الله ، وكذب بطن أخيك ، إسقه عسلا ) فسقاه فبرأ(٢٣٩) .

١٦٤ ـ وعن جابر بن عبدالله رضى الله عنهما قال : سمعت رسول الله ﷺ يقول : (إن كان في شيء من أدويتكم ، أو يكون في شيء من أدويتكم خير ، ففي شرطة محجم أو شربة عسل أو لدغة بنار ، توافق الداء ، وما أحب أن اكتوي )(٢٤٠) .

**الكمأة :**

١٦٥ ـ عن سعيد بن زيد رضى الله عنه قال : سمعت النبي ﷺ يقول : ( الكمأة من المن ، وماؤها شفاء للعين )[٢٤١] .

**الزيت :**

قال تعالى : ﴿ يُوقَدُ مِن شَجَرَةٍ مُّبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَّا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ ﴾[٢٤٢] .

١٦٦ ـ عن عمر بن الخطاب رضى الله عنه ، عن النبي ﷺ قال : ( ائتدموا بالزيت وادهنوا به ، فإنه يخرج من شجرة مباركة )[٢٤٣] .

**الخل :**

١٦٧ ـ عن جابر بن عبدالله رضى الله عنه ، أن النبي ﷺ سأل أهله الأدم ، فقالوا : ما عندنا إلا خل فدعا به ، فجعل يأكل به ويقول : ( نعم الأدم الخل . نعم الأدم الخل )[٢٤٤] .

١٦٨ ـ عن عائشة رضى الله عنها ، أن النبي ﷺ قال : ( نعم الأدم الخل ، نعم الأدام الخل )[٢٤٥] .

**الطيب من الطعام :**

كان من هديه ﷺ تحري الطيب من الطعام .

قال تعالى : ﴿ فَابْعَثُوا أَحَدَكُم بِوَرِقِكُمْ هَٰذِهِ إِلَى الْمَدِينَةِ فَلْيَنظُرْ أَيُّهَا أَزْكَىٰ طَعَامًا فَلْيَأْتِكُم بِرِزْقٍ مِّنْهُ وَلْيَتَلَطَّفْ وَلَا يُشْعِرَنَّ بِكُمْ أَحَدًا ﴾[٢٤٦] .

١٦٩ ـ عن جابر رضى الله عنه قال : كنا مع رسول الله ﷺ نجنى الكباث ، وإن رسول الله ﷺ قال : ( عليكم بالأسود منه فإنه أطيبه )[٢٤٧] .

١٧٠ ـ وعن أنس بن مالك رضى الله عنه قال : . . . . فرأيت النبي ﷺ يتتبع الدباء من حوالى القصعة . قال : فلم ازل أحب الدباء من يومئذ[٢٤٨] .

## نظافة الطعام :

ويأمرنا الإسلام بالمحافظة على نظافة الطعام ، حفاظا على صحة الإنسان كتغطية الأوانى .

١٧١ ـ عن جابر رضى الله عنه قال : جاء أبو حميد ، رجل من الانصار ، من النقيع ، بإناء من لبن إلى النبي ﷺ . فقال النبي ﷺ : ( ألا خمرته ، ولو أن تعرض عليه عودا )[٢٤٩] .

وكذلك نهاهم عن التنفس والنفخ في الاناء .

١٧٢ ـ عن أبي قتادة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( إذا شرب أحدكم فلا يتنفس في الإناء )[٢٥٠] .

١٧٣ ـ عن ابن عباس رضى الله عنهما قال : نهى رسول الله ﷺ أن يتنفس في الإناء ، أو ينفخ فيه[٢٥١] .

وأرشد الإسلام أتباعه إلى كيفية التخلص مما يلوث طعامه .

١٧٤ ـ عن ميمونة رضى الله عنها ، أن فأرة وقعت في سمن فماتت ، فسئل النبي ﷺعنها فقال : ( ألقوها وما حولها وكلوه )[٢٥٢] .

## ونهاه عن أكل الصيد الذي نتن

١٧٥ ـ عن أبي ثعلبة رضى الله عنه عن النبي ﷺ قال : ( إذا رميت سهمك فغاب عنك فأدركته ، فكله ما لم ينتن )[٢٥٣] .

١٧٦ ـ عن عدي بن حاتم رضى الله عنـــه ، عن النبي ﷺ قال : ( إذا أرسلت كلبك وسميت ، فأمسك وقتل فكل ، وإن أكل فلا تأكل ، فإنما أمسك على نفســه ، وإذا خالط كلابـا لم يُذكـر اسم الله عليها ، فأمسكن وقتلن فلا تأكـل ، فإنــك لا تدري أيهـا قتل . وإن رميت الصيد ، فوجدته بعد يوم أو يومين ، ليس به إلا أثر سهمك فكل ، وإن وقع في الماء فلا تأكل )[٢٥٤] .

**وضع الاسلام أداب إجتماعية وسلوكية للأكل ، يجب مراعاتها حفاظا على صحة االانسان :**

* أن يأكل مما يليه :

١٧٧ ـ عن عمر بن أبي سلمة رضى الله عنه قال : كنت غلاما في حجر رسول الله ﷺ ، وكانت يدي تطيش في الصحفة ، فقال رسول الله ﷺ : ( يا غلام ، سم الله ، وكل بيمينك ، وكل ما يليك ) فمازالت تلك طعمتي بعد )[٢٥٥].

* ويرغب في الأكل من جوانب القصعة دون وسطها :

١٧٨ ـ عن ابن عباس رضى الله عنهما ، عن النبي ﷺ قال : ( إذا أكل أحدكم طعاما فلا يأكل من أعلى الصحفة ، ولكن ليأكل من أسفلها ، فإن البركة تنزل من أعلاها )[٢٥٦].

* وأن يتناول طعامه في روية دون عجل ، ومعتدلا لا متكئا :

١٧٩ ـ عن أبي جحفة رضى الله عنه قال : كنت عند النبي ﷺ فقال لرجل عنده : ( لا آكل وأنا متكىء )[٢٥٧].

## الرياضة والحركة والنشاط

رغب الإسلام في العمل ، والنشاط والحركة والبكور .

١٨٠ ـ عن صخر الغامدي ، عن النبي ﷺ قال : ( اللهم بارك لأمتي في بكورها )[٢٥٨].

وحذر من التباطؤ والتكاسل والترهل .

١٨١ ـ عن أنس بن مالك رضى الله عنه ، قال : كان نبي الله ﷺ يقول : ( اللهم إني أعوذ بك من العجز والكسل . . )[٢٥٩].

## ومن الرياضات التى حث عليها الاسلام الرماية والفروسية

١٨٢ ـ عن عقبة بن عامر قال : سمعت النبي ﷺ يقول : ( وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة . . . ) ألا إن القوة الرمي ، ألا إن القوة الرمي ، ألا أن القوة الرمي )[٢٦٠] .

١٨٣ ـ عن عقبة بن عامر الجهني ، عن النبي صلى الله عليه وسلم قال : ( إن الله ليدخل بالسهم الواحد ثلاثة الجنة : صانعه يحتسب في صنعته الخير ، والرامي به ، والمُمد به ) . وقال : ( ارموا واركبوا ، ولأن ترموا أحب إليّ من أن تركبوا ، كل ما يلهو به الرجل المسلم باطل إلا رميه بقوسه وتأديبه فرسه وملاعبته أهله فإنهن من الحق )[٢٦١] .

١٨٤ ـ وعن عقبة بن عامر عن النبي ﷺ قال : ( من علم الرمي . ثم تركه فليس منا )[٢٦٢] .

١٨٥ ـ عن سلمة بن الأكوع رضى الله عنه ، قال : مر النبي ﷺ على نفر من اسلم يتنظلون فقال النبي ﷺ : ارموا بني اسماعيل فأن أباكم كان راميا ، ارموا وأنا مع بني فلان . قال : فأمسك أحد الفريقين بأيديهم . فقال رسول الله ﷺ : ما لكم لا ترمون ؟ قالوا كيف نرمي وأنت معهم ؟ قال النبي ﷺ : ارموا فأنا معكم كلكم )[٢٦٣] .

١٨٦ ـ عن ابن عمر رضى الله عنهما : أن رسول الله ﷺ ، سابق بين الخيل التى أضمرت من الحفياء وأمدها ثنية الوداع ، وسابق بين الخيل التى لم تضمر من الثنية إلى مسجد بني زريق ، وأن عبدالله بن عمر كان فيمن سابق بها[٢٦٤] .

١٨٧ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( لا سبق إلا في خف أو في حافر أو نصل )[٢٦٥] .

## وحث أيضا على السباحة :

١٨٨ ـ عن عطاء بن أبي رباح قال : رأيت جابرا بن عبدالله ، وجابر بن عمير الأنصاريين يرميان . قال : فأما أحدهما فجلس ، فقال له صاحبه :

أكسلت ، قال : نعم ، فقال أحدهما للآخر اما سمعت رسول الله ﷺ يقول : ( كل شيء ليس من ذكر الله فهو لعب ، لا يكون أربعة : ملاعبة الرجل امرأته ، وتأديب الرجل فرسه ، ومشي الرجل بين الغرضين ، وتعلم الرجل السباحة )[٢٦٦] .

وكان ﷺ يسابق السيدة عائشة .

١٨٩ ـ عن عائشة رضى الله عنها ، أنها كانت مع رسول الله ﷺ في سفر فقال لأصحابه تقدموا ، فتقدموا فقال لي : تعالي أسابقك ، فسابقته فسبقته . فلما كان بعد خرجت معه في سفر ، فقال لاصحابه : تقدموا ، فتقدموا فقال : تعالى أسابقك ، ونسيت الذي كان ، وقد حملت اللحم . فقلت : وكيف اسابقك يارسول الله ؟ وأنا على هذه الحالة . فقال : لتفعلن . فسابقته فسبقني ، وقال : هذه بتلك السبقة )[٢٦٧] .

ولقد تسابق سلمة بن الأكوع رضى الله عنه مع أحد الانصار بعد رجوعهم من الحديبية كما ورد في صحيح مسلم[٢٦٨] .

**المصارعة :**

١٩٠ ـ كان النبي ﷺ يعرض غلمان الأنصار في كل عام ، فمن بلغ منهم بعثه ، فعرضهم ذات عام ، فمر به غلام ، فبعثه في البعث ، وعرض عليه سمرة من بعده فرده ، فقال سمرة : يارسول الله أجزت غلاما ورددتني ، ولو صارعني لصرعته ، قال : ( فدونك فصارعه ) . قال : فصرعته ، فأجازنى في البعث[٢٦٩] .

## وسمح للأحباش اللعب بالحراب:

١٩١ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه قال : بينما الحبشة يلعبون عند النبي ﷺ بحرابهم ، دخل عمر فأهوى إلى الحصباء فحصبهم بها ، فقال رسول الله ﷺ : دعهم يا عمر )[٢٧٠] .

**العبادات وعلاقتها بصحة البدن والنفس :**

**الصـلاة :**

لاشك أن الصلاة فيها من حفظ صحة البدن ، وإذابة أخلاطه وفضلاته ما هو من أنفع شيء له بالإضافة إلى ما فيها من حفظ صحة الإيمان ، وسعادة الدنيا والأخرة .

وكذلك قيام الليل من أنفع أسباب حفظ الصحة ، ومن أمنع الأمور لكثير من الأمـراض المـزمنـة ، ومن أنشط شيء للبـدن والـروح والقلب ، كما في الصحيحين [ زاد المعاد جـ ٤ ص ٢٤٨ ] .

١٩٢ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه قال : عن النبي ﷺ أنه قال : ( يعقد الشيطان على قافية رأس أحدكم إذا هو نام ثلاث عقد ، يضرب على كل عقدة ، عليك ليل طويل فارقد ، فإن هو استيقظ فذكر الله انحلت عقدة ، فإن توضأ ، انحلت عقـدة ثانية . فإن صلى انحلت عقـده كلهـا ، فأصبـح نشيطا طيب النفس ، وإلا أصبح خبيث النفس كسلان )[٢٧١] .

وقد كان عليه السلام يقف في الصلاة وقفة معتدله .

١٩٣ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه : أن النبي ﷺ دخل المسجد ، فدخل رجل فصلى ، ثم جاء فسلم على النبي ﷺ ، فرد النبي ﷺ السلام ، فقال : ( إرجع فصل فإنك لم تصل ) . فصلى ، ثم جاء فسلم على النبي ﷺ فقال : ( إرجع فصل ، فإنك لم تصل ثلاثا ، فقال : والذي بعثك بالحق ، فما أحسن غيره ، فعلمني ، قال : ( إذا قمت إلى الصلاة فكبر ، ثم اقرأ ما تيسر معك من القرآن ، ثم اركع حتى تطمئن راكعا ، ثم ارفع حتى تعتدل قائما ، ثم اسجد حتى تطمئن ساجدا ، ثم ارفع حتى تطمئن جالسا ، ثم اسجد حتى تطمئن ساجدا ، ثم افعل ذلك في صلاتك كلها )[٢٧٢] .

والصـلاة تمد المؤمن بقـوة روحية نفسية تعينـه على مواجهة متاعب الحياة ومصائب الدنيا .

قال تعالى : ﴿ يَـٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ ٱسْتَعِينُوا۟ بِٱلصَّبْرِ وَٱلصَّلَوٰةِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ مَعَ ٱلصَّـٰبِرِينَ )[٢٧٣] .

وقال تعالى : ﴿ وَٱسْتَعِينُوا۟ بِٱلصَّبْرِ وَٱلصَّلَوٰةِ ۚ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى ٱلْخَٰشِعِينَ ٱلَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُم مُّلَٰقُوا۟ رَبِّهِمْ وَأَنَّهُمْ إِلَيْهِ رَٰجِعُونَ ﴾(٢٧٤) .

١٩٤ ـ وعن حذيفة رضي الله عنه قال : كان النبي ﷺ إذا حزبه أمر صلى(٢٧٥) .

**الصوم :**

قال تعالى : ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ كُتِبَ عَلَيْكُمُ ٱلصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى ٱلَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴾(٢٧٦) .

١٩٥ ـ عن أبي هريرة رضي الله عنه ، أن رسول الله ﷺ قال : ( الصيام جنة ، فلا يرفث ولا يجهل ، وإن امرؤ قاتله أو شاتمه ، فليقل إني صائم ـ مرتين ـ والذي نفسي بيده ، لخلوف فم الصائم أطيب عند الله من ريح المسك ، يترك طعامه وشرابه وشهوته من أجلي ، الصيام لي وأنا أجزي به ، والحسنة بعشرة أمثالها )(٢٧٧) .

وينصح الرسول ﷺ الشباب بالصوم عند عدم القدرة على الزواج .

١٩٦ ـ عن عبدالله بن عمر رضي الله عنهما ، عن النبي ﷺ قال : ( يامعشر الشباب ، من استطاع منك الباءة فليتزوج ، فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج ، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء )(٢٧٨) .

١٩٧ ـ وعن أبي هريرة رضي الله عنه ، عن النبي ﷺ قال : ( وصوم شهر الصبر ، وثلاثة أيام من كل شهر ، يذهبن وحر الصدر )(٢٧٩) .

**الزكاة :**

قال تعالى : ﴿ وأقيموا الصلاة وآتو الزكاة وما تقدموا لأنفسكم من خير تجدوه عند الله ﴾(٢٨٠) .

وقال تعالى : ﴿ خُذْ مِنْ أَمْوَٰلِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِم بِهَا ﴾(٢٨١) .

فالزكاة طهارة لنفس الغني من الشح البغيض تلك الآفة النفسية الخطرة ، التي قد تدفع من اتصف بها إلى الدم فيسفكه ، أو العرض فيبذله ، أو الوطن فيبيعه ، فالمجتمعات يصيبها الدمار والهلاك إذا سيطر عليها الشح والبخل .

قال تعالى : ﴿ وَمَن يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِۦ فَأُوْلَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْمُفْلِحُونَ ﴾[282] .

فالكريم المحسن أشرح الناس صدرا وأطيبهم نفسا وأنعمهم قلبا ، والبخيل الذي ليس فيه إحسان ، أضيق الناس صدرا ، وأنكدهم عيشا ، وأعظمهم هما وغما .

وقد ضرب رسول الله ﷺ مثلا للبخيل والمتصدق .

١٩٨ ـ عن أبي هريرة رضي الله عنه قال : ضرب رسول الله ﷺ مثل البخيل والمتصدق كمثل رجلين عليهما جبتان من حديد ، قد اضطرت أيديّهما إلى ثُديّهما وتراقيهما ، فجعل المتصدق كلما تصدق بصدقة انبسطت عنه حتى تغشى أنامله ، وتعفوا أثره ، وجعل البخيل كلما هم بصدقة قلصت ، وأخذت كل حلقة بمكانها . قال أبو هريرة : فأنا رأيت رسول الله ﷺ ، يقول بإصبعه هكذا في جيبه ، فلو رأيته يوسعها ولا تتوسع )[283] .

## الصحة النفسية

عني الإسلام بالصحة النفسية عناية فائقة ـ فأنت بالنفس لا بالجسم انسان ـ ولا ريب أن بين الناحية النفسية و الناحية الجسمية تبادلا في التأثير ، كلاهما يؤثر في الآخر قوة وضعفا ، وصحة وسقما ، واعتدالا وانحرافا وقد اثبت ذلك علماء النفس وأطباء الجسم من قديم ـ الفتاوي المعاصرة جـ ١ ص ٥٩٣ .

١٩٩ ـ عن ابن عباس رضي الله عنهما ، أن رسول الله ﷺ ، كان يقول عند الكرب : ( لا إله إلا الله ، العظيم الحليم ، لا إله إلا الله ، رب العرش العظيم ، لا إله إلا الله ، رب السموات ، ورب الأرض ، ورب العرش الكريم )[284] .

٢٠٠ ـ عن أبي بكرة عن أبيه رضي الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( دعوات المكروب : اللهم رحمتك أرجو ، فلا تكلني إلى نفسي طرفة عين ، وأصلح لي شأني كله ، لا إله إلا أنت )[285] .

٢٠١ ـ عن ابن مسعـود رضى الله عنـه قال : قال رسول الله ﷺ : ( ما أصاب أحدا قط هم ولا حزن فقال : اللهم إني عبدك وابن عبدك وابن أمتك ، ناصيتى بيدك ماضى في حكمك ، عدل في قضاؤك ، أسألك بكل اسم هو لك سميت به نفسـك ، أو علمتـه أحـداً من خلقـك ، أو أنزلته في كتابك ، أو استـأثـرت به في علم الغيب عنـدك ، أن تجعـل القـرآن ربيع قلبي ، ونور صدري ، وجـلاء حزني ، وذهاب همي ، إلا أذهب الله همَّه وحزنه ، وأبدله مكانه فرجا قال : فقيل : يارسول الله ألا نتعلمها ؟ فقال : بلى ، ينبغي لمن سمعها أن يتعلمها )[٢٨٦] .

٢٠٢ ـ عن سعد بن أبي وقاص قال : قال رسول الله ﷺ : ( دعوة ذي النـون إذ دعـا وهـو في بطن الحـوت : لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين ، فإنه لم يدع بها رجل مسلم في شيء قط إلا استجاب الله له )[٢٨٧] .

٢٠٣ ـ عن أبي موسى الأشعري رضى الله عنه قال : فقال لي : ياعبدالله بن قيس ، قلت : لبيك رسول الله ، قال : ألا أدلك على كلمة من كنز من كنوز الجنة ؟ قلت : بلى يارسول الله فداك أبي وأمي . قال : ( لا حول ولا قوة إلا بالله )[٢٨٨] .

**نهى رسول الله عن التحاسد والتباغض والتدابر والهجر :**

٢٠٤ ـ عن أنس بن مالك رضى الله عنه ، أن رسول الله ﷺ قال : ( لا تباغضوا ، ولا تحاسدوا ، ولا تدابروا . وكونوا عباد الله إخوانا ، ولا يحل لمسلم أن يهجر أخاه فوق ثلاثة أيام)[٢٨٩] .

٢٠٥ ـ وعن أبي هريرة رضى الله عنه ؛ أن رسول الله ﷺ قال : ( إياكم والظن ، فإن الظن أكذب الحديث . ولا تحسسوا ، ولا تجسسوا ، ولا تناجشوا ، ولا تحاسدوا ، ولا تباغضوا ولا تدابروا . وكونوا ، عباد الله ، إخوانا )[٢٩٠] .

٢٠٦ ـ وعن أبي أيوب الأنصاري رضى الله عنه ، أن رسول الله ﷺ قال : ( لا يحل لمسلم أن يهجر أخاه فوق ثلاث ليال ، يلتقيان فيعرض هذا ، ويعرض هذا ، وخيرهما الذي يبدأ بالسلام)[٢٩١] .

٢٠٧ ـ عن أبي هريرة رضي الله عنـه : أن رسول الله ﷺ قال : ( تفتح أبواب الجنة يوم الاثنين ، ويوم الخميس . فيغفر لكل عبد لا يشرك بالله شيئا . إلا رجلا كانت بينه وبين أخيه شحناء . فيقال : أنظروا هذين حتى يصطلحا . أنظروا هذين حتى يصطلحا . أنظروا هذين حتى يصطلحا )[٢٩٢] .

## الرعاية الصحية

قال تعـالى : ﴿ ٱلۡمَالُ وَٱلۡبَنُونَ زِينَةُ ٱلۡحَيَوٰةِ ٱلدُّنۡيَاۖ ﴾[٢٩٣]، اعتنى الإسلام بالطفل منذ ان كان جنينا في بطن أمه ، فأوجب له حق الحياة حتى لو حكم على إمرأة بالاعدام ، تعين تأجيل تنفيذ الحكم حتى تلد بل حتى ترضع .

قال تعالى : ﴿مَن قَتَلَ نَفۡسَۢا بِغَيۡرِ نَفۡسٍ أَوۡ فَسَادٖ فِي ٱلۡأَرۡضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ ٱلنَّاسَ جَمِيعٗا ﴾[٢٩٤] .

٢٠٨ ـ عن عمران بن حصين رضي الله عنه ، أن امرأة من جهينة أتت نبي الله ﷺ ، وهي حبلى من الزنى .

فقالت : يانبي الله . أصبت حدا فأقمه عليَّ . فدعا نبي الله ﷺ وليَّها . فقال : ( أحسن إليها . فإذا وضعت فائتني بها )[٢٩٥] .

ويشجـع الإسـلام الإرضـاع من الثدي ، فيحافظ على صحة الطفل ، بتغذيته أفضل تغذية قال تعالى : ﴿ وَٱلۡوَٰلِدَٰتُ يُرۡضِعۡنَ أَوۡلَٰدَهُنَّ حَوۡلَيۡنِ كَامِلَيۡنِۖ ﴾[٢٩٦]

٢٠٩ ـ عن بريدة الاسـلمـي رضي الله عنــه قال : قال ﷺ : ( اذهبي فأرضعيه حتى تفطميه )[٢٩٧] .

٢١٠ ـ عن عمـرو بن شعيب عن ابيه عن جده ، عن النبي ﷺ قال : ( ليس منا من لم يرحم صغيرنا ، ولم يعرف شرف كبيرنا )[٢٩٨] .

٢١١ ـ عن أبي هريرة رضي الله عنه ، أن الأقرع بن حابس أبصر النبي ﷺ يقبـل الحسن ، فقال : إن لي عشرة من الولد ما قبلت واحدا منهم . فقال : رسول الله ﷺ : ( من لا يرحم لايُرحم )[٢٩٩] .

واعتبر الإسلام إهدار صحة الطفل إثم كبير .

٢١٢ ـ عن عبدالله بن عمرو رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( كفى بالمرء إثما أن يحبس عمن يملك قوته )(٣٠٠) .

٢١٣ ـ عن عبدالله بن عمرو رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( كفى بالمرء إثما أن يضيع من يقوت )(٣٠١) .

٢١٤ ـ عن ابن عباس رضى الله عنهما قال : قال رسول الله ﷺ : ( من كانت له أنثى فلم يئدها ولم يهنها ولم يؤثر ولداً عليها ـ قال : يعني الذكور ـ أدخله الله الجنة )(٣٠٢) .

ومن الرعاية الصحية للأطفال تطعيمهم ضد الأمراض المهلكة ، والتفريط بذلك نوع من التضييع لهم ، بل القتل لهم وهو خسران مبين .

قال تعالى : ﴿ قَدْ خَسِرَ ٱلَّذِينَ قَتَلُوٓاْ أَوْلَـٰدَهُمْ سَفَهًۢا بِغَيْرِ عِلْمٍ ﴾(٣٠٣) .

الرعاية الصحية في الإسلام ، ليست بالنسبة للإنسان السليم فقط ، وإنما شدد على العناية بصحة فئات محتاجة إلى رعاية صحية أكثر من الإنسان السليم ، مثل :

**العناية بصحة المسنين الجسمية والنفسية :**

قال تعالى : ﴿ إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِندَكَ ٱلْكِبَرَ أَحَدُهُمَآ أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُل لَّهُمَآ أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُل لَّهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا ﴾(٣٠٤) .

وقال تعالى : ﴿ وَبِٱلْوَٰلِدَيْنِ إِحْسَـٰنًا ﴾(٣٠٥) . وقال تعالى : ﴿ وَوَصَّيْنَا ٱلْإِنسَـٰنَ بِوَٰلِدَيْهِ حُسْنًا ۖ ﴾(٣٠٦) .

٢١٥ ـ عن عبدالله بن عمرو رضى الله عنه ، قال : جاء رجل إلى النبي ﷺ فاستأذنه في الجهاد . فقال : ( أحي والداك ؟ ) فقال : نعم . قال : ( ففيهما فجاهد )(٣٠٧) .

٢١٦ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه ، عن النبي ﷺ قال : ( رغم أنف ، ثم رغم أنف ، ثم رغم أنف ) قيل : من يارسول الله ؟ قال : ( من أدرك ابويه عند الكبر ، أحدهما أو كليهما فلم يدخل الجنة )(٣٠٨) .

عن عمرو بن شعيب عن أبيه عن جده ، قال : قال رسول الله ﷺ : ( ليس منا من لم يرحم صغيرنا ، ويعرف حق كبيرنا )[٣٠٩] .

وعني الإسلام كذلك بالمعوقين ، واعتبرهم شريحة مهمة من ضعفاء المجتمع ، لا يجوز تعريض صحتهم النفسية والجسدية للسوء ، كالاستهزاء بهم ، وتتعين اعانتهم بمختلف الوسائل التى تكفل تأهيلهم واعادتهم افرادا صالحين . قال تعالى : ﴿ لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ ﴾[٣١٠] .

٢١٧ ـ عن أبي ذر رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( تعين صانعا أو تصنع لأخرق )[٣١١] .

٢١٨ ـ وعن أبي ذر رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( وبصرك للرجل الردىء البصر لك صدقة )[٣١٢] .

وأوجب الإسلام الرعاية الصحية للمرأة ، لأنها أكثر عرضة لما يضعف بنيتها ، مثل الحمل ، الارضاع ، الحيض ، والنفاس .

٢١٩ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه ، عن النبي ﷺ قال : ( اللهم اني احرج حق الضعيفين ، اليتيم والمرأة )[٣١٣] .

**الحمل والارضاع :**

قال تعالى : ﴿ وَوَصَّيْنَا ٱلْإِنسَٰنَ بِوَٰلِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُۥ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصَٰلُهُۥ فِى عَامَيْنِ ﴾[٣١٤] .

قال تعالى : ﴿ حَمَلَتْهُ أُمُّهُۥ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا ۖ وَحَمْلُهُۥ وَفِصَٰلُهُۥ ثَلَٰثُونَ شَهْرًا ﴾[٣١٥] .

وحافظ الإسلام على صحة الأم بالمباعدة بين الأحمال ، وفضلا عن ذلك لا يمانع الإسلام في تنظيم الحمل حفاظا على صحة الأم .

**الحيض والنفاس :**

اعتبر الإسلام هذه الفترة أذى ، فأمر أتباعه باعتزال النساء حفاظا على صحتهن .

٢٢٠ ـ عن أنس رضى الله عنه ، أن اليهود كانوا ، إذا حاضت المرأة فيهم ، لم يؤاكلوها ولم يجامعوهن في البيوت ، فسأل أصحاب النبي ﷺ .

فأنزل الله تعالى : ﴿ ويسألونك عن المحيض قل هو أذى فاعتزلوا النساء في المحيض . . . الى آخر الآية ) .

فقال رسول الله ﷺ : ( اصنعوا كل شيء إلا النكاح )[٣١٦] .

## عيادة المريض

اهتم الإسلام بالمرضى وأمر بعيادتهم ورعايتهم ، لأنهم بحاجة إلى المساندة ورفع الروح المعنوية لديهم ، خاصة إذا كانوا مصابين ببعض الأمراض المستعصية .

٢٢١ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه قال : سمعت رسول الله ﷺ يقول : ( حق المسلم على المسلم خمس ، رد السلام ، وعيادة المريض ، واتباع الجنائز ، وإجابة الدعوة ، وتشميت العاطس )[٣١٧] .

٢٢٢ ـ عن أبي موسى الأشعرى رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( أطعموا الجائع ، وعودوا المريض ، وفكوا العاني )[٣١٨] .

٢٢٣ ـ عن البراء بن عازب رضى الله عنه قال : أمرنا رسول الله ﷺ بسبع ، ونهانا عن سبع وذكر منها : ( ونعود المريض )[٣١٩] .

والمريض إنسان ضعيف يحتاج إلى الرعاية أو المساندة وليست مادية فحسب كما يحسب الكثيرون ، بل هي مادية ومعنوية معا . من أجل ذلك كانت العيادة لتشعره بأهميته لدى من حوله ، وحبهم له وحرصهم عليه ، وتمنيهم لشفائه ، وهذه المعاني تمنحه قوة نفسية يقاوم بها هجمة المرض المادية .

وبذلك تكون عيادة المريض والسؤال عنه والدعاء له جزءا من العلاج عند العارفين من أهل الذكر فليس العلاج كله ماديا .

ومن أهم الأداب التى يجب مراعاتها عند عيادة المريض ، أن يدق الباب بلطف ورفق عند دخوله على المريض حتى لا يفزعه أو يزعجه ، إذا كان نائما أو مستلقيا[٣٢٠] .

٢٢٤ ـ عن عبدالرحمن بن أبي ليلى قال : حدثنا أصحاب محمد ﷺ ، أنهم كانوا يسيرون مع النبي ﷺ ، فنام رجل منهم ، فانطلق بعضهم إلى حبل معه فأخذه ففزع . فقال رسول الله ﷺ : ( لا يحل لمسلم أن يروع مسلما )[٣٢١] .

وألا يحضر في وقت يكون غير لائق بالعيادة ، كوقت شرب المريض الدواء ، أو وقت التغيير على جرحه أو وقت نومه وراحته ، وأن يخفف الجلوس عنده ، ويقلل السؤال ، ويظهر الرقة ، وأن يخلص الدعاء له مع وضع اليد عليه ، أو على موضع الوجع منه ، لرفع معنوية المريض ، وتطييب نفسه .

٢٢٥ ـ عن عائشة رضى الله عنها ، ان رسول الله ﷺ ، كان إذا أتى مريضا أو أتي به إليه قال : ( أذهب الباس رب الناس ، اشف وانت الشافي ، لا شفاء إلا شفاؤك ، شفاء لا يغادر سقما )[٣٢٢] .

٢٢٦ ـ عن ابن عباس رضى الله عنهما قال : قال النبي ﷺ : ( من عاد مريضا لم يحضر أجله ، فقال عنده سبع مرار : أسأل الله العظيم ، رب العرش العظيم ، أن يشفيك إلا عافاه الله عز وجل من ذلك المرض )[٣٢٣] .

٢٢٧ ـ عن عائشة بنت سعد بن مالك ( ابن أبي وقاص ) رضى الله عنهما ، أن أباها قال : وضع رسول الله ﷺ يده على جبهتي ، ثم مسح وجهي وبطني ، ثم قال : ( اللهم اشف سعدا وأتمم له هجرته ) قال سعد : فمازلت أجد برده على كبدي ـ فيما يخال إلي حتى الساعة[٣٢٤] .

وعلى المسلم أن يغذي في روح المريض التفاؤل والرجاء ، ويحمل إليه البشرى ، والأمل والشفاء ، وأن المؤمن لا ييأس من روح الله ولا يقنط من رحمة ربه .

٢٢٨ ـ عن أبي سعيد الخدري رضى الله عنه ، أن رسول الله ﷺ قال : ( إذا دخلتم على مريض فنفسوا له في أجله ، فإن ذلك يطيب نفسه )[٣٢٥] .

٢٢٩ ـ عن عبدالله بن عباس رضى الله عنهما ، أن النبي ﷺ دخل على أعرابي يعوده ، قال : وكان النبي ﷺ ، إذا دخل على مريض يعوده قال : ( لا بأس ، طهور إن شاء الله تعالى )[٣٢٦] .

٢٣٠ ـ عن عائشة رضى الله عنها ، قالت : قال رسول الله ﷺ : ( ما من مصيبة تصيب المسلم إلا كفر الله بها عنه حتى الشوكة يشاكها )[٣٢٧] .

## التداوي

فتح الإسلام باب الأمل على مصراعيه أمام الأطباء والمرضى معا ، في الشفاء من كل مرض ، مهما طال واتصل ، وقضى على اليأس المحطم ، وعلى ما يسمى بالأمراض المستعصية .

٢٣١ ـ فعن جابر بن عبدالله رضى الله عنهما ، أن رسول الله ﷺ قال : ( إن لكل داء دواء ، فإذا أصيب دواء الداء برأ بإذن الله )[٣٢٨] .

ففي قوله ﷺ ( لكل داء دواء ) تقوية لنفس المريض والطبيب وحث على طلب ذلك الدواء والتفتيش عنه ، فإن المريض إذا شعرت نفسه أن لديه دواء يزيد تعلق قلبه بروح الرجاء ، وكذلك الطبيب إذا علم أن لهذا الداء دواء أمكنه طلبه والتفتيش عنه .

٢٣٢ ـ عن أسامة بن زيد رضى الله عنهما قال : ( أتيت رسول الله ﷺ ، واصحابه حوله ، وعليهم السكينه ، كأنما على رؤوسهم الطير ، فسلمت ، ثم قعدت .

فجاءت الأعراب من هاهنا وهاهنا يسألونه . فقالوا : يارسول الله أنتداوى ؟

قال : ( تداووا ، فإن الله لم يضع داء إلا وضع له دواء ، غير داء واحد ، وهو الهرم )[٣٢٩] .

٢٣٣ ـ عن زيد بن أسلم رحمه الله : أن رجلا في زمن النبي ﷺ أصابه جرح ، فاحتقن الجرح بالدم ، وأن الرجل دعا رجلين من بني انهار ، فنظروا إليه ، فزعما : أن رسول الله ﷺ قال لهما : ( أيكما أطب ؟ ) فقالا : أو في الطب خير يارسول الله ؟ فزعم زيد : أن رسول الله ﷺ قال : ( انزل الدواء الذي أنزل الداء )[٣٣٠] .

٢٣٤ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه أن رسول الله ﷺ قال : ( ما أنزل الله من داءٍ إلا أنزل له شفاء )[٣٣١] .

من خلال الأحاديث السابقة يتبين أن أمراض الأبدان على وزن أمراض القلوب ، وما جعل الله للقلب مرضا إلا جعل له شفاء بضده ، فإن علمه صاحب الداء استعمله وصادف داء قلبه أبرأه بإذن الله تعالى[٣٣٢] .

## انواع التداوى :

كان من هديه ﷺ فعل التداوي في نفسه ، والأمر به لمن أصابه مرض من أهله واصحابه .

فعن جابر بن عبدالله رضى الله عنهما قال : سمعت رسول الله ﷺ يقول : ( إن كان في شيء من أدويتكم ـ أو يكون في شيء من أدويتكم ـ خير ، ففي شرطة محجم ، أو شربة عسل أو لدغة بنار توافق الداء ـ وما أحب أن أكتوي )[٣٣٣] .

بين لنا نبينا ﷺ أن الأدوية تنقسم إلى ثلاثة أقسام ، شربة عسل ، شرطة محجم ، كية بنار .

## التداوي بالعسل :

قال تعالى : ﴿ يَخْرُجُ مِنۢ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَٰنُهُۥ فِيهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ ﴾[٣٣٤] .

٢٣٥ ـ عن أبي سعيد الخدري رضى الله عنه قال : جاء رجل إلى النبي ﷺ فقال : إن أخي استطلق بطنه ؟ فقال رسول الله ﷺ : ( اسقه عسلا ) ، فسقاه ، ثم جاء فقال : اني سقيته عسلا ، فلم يزده إلا استطلاقا . فقال له ثلاث مرات , ثم جاء الرابعة فقال : ( اسقه عسلا ) فقال : لقد سقيته فلم يزده إلا استطلاقا . فقال رسول الله ﷺ : ( صدق الله ، وكذب بطن أخيك ) فسقاه فبرأ(٣٣٥) .

٢٣٦ ـ عن عبدالله رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : ( عليكم بالشفائين : العسل والقرآن )(٣٣٦) .

**الحجامة :**

عن جابر رضى الله عنه قال : سمعت رسول الله ﷺ يقول : ( إن كان في شيء من أدويتكم ـ أو يكون في شيء من أدويتكم ـ خير ، ففي شرطة محجم ، أو شربة عسل ، أو لدغة بنار توافق الداء ـ وما أحب أن أكتوي ـ)(٣٣٧) .

٢٣٧ ـ وعن أنس رضى الله عنه : أنه سئل عن أجر الحجام ، فقال : احتجم رسول الله ﷺ ، حجمه أبو طيبة وأعطاه صاعين من طعام وكلم مواليه فخففوا عنه ، وقال : ( إن أمثل ما تداويتم به الحجامه ، والقسط البحري ) وقال : لا تعذبوا صبيانكم بالغمز من العذرة ، وعليكم بالقسط )(٣٣٨) .

٢٣٨ ـ عن جابر بن عبدالله رضى الله عنهما ، عاد المقنع ثم قال : لا أبرح حتى تحتجم ، فأني سمعت رسول الله ﷺ يقول : ( إن فيه شفاء )(٣٣٩) .

٢٣٩ ـ عن ابن عباس رضى الله عنه قال : احتجم رسول الله ﷺ في رأسه وهو محرم ، من وجع كان به بماء يقال له لحيُ جمل(٣٤٠) .

٢٤٠ ـ وعن ابن عباس رضى الله عنهما قال : إن رسول الله ﷺ احتجم وهو محرم في رأسه ، من شقيقة كانت به(٣٤١) .

٢٤١ ـ عن جابر رضى الله عنه ، أن أم سلمة استأذنت رسول الله ﷺ في الحجامة فأمر النبي ﷺ أبا طيبة ان يحجمها . قال : حسبت أنه قال : كان أخاها من الرضاعة ، أو غلاما لم يحتلم(٣٤٢) .

**الكي :**

عن جابر بن عبدالله رضى الله عنهما قال سمعت رسول الله ﷺ يقول : ( ان كان في شيء من أدويتكم . . وذكر أو لدغة بنار وما أحب أن أكتوي )[٣٤٣] .

٢٤٢ ـ وعن ابن عباس رضى الله عنهما قال : ( الشفاء في ثلاثة : وذكر منها وكية نار ، وأنهى أمتى عن الكي )[٣٤٤] .

٢٤٣ ـ وعن أنس قال : كويت من ذات الجنب ، ورسول الله ﷺ حيّ ، وشهدني أبو طلحة وأنس ابن النضر وزيد بن ثابت ، وأبو طلحة كواني[٣٤٥] .

٢٤٤ ـ وعن جابر رضى الله عنه قال : بعث رسول الله ﷺ إلى أبي بن كعب طبيبا . فقطع منه عرقا . ثم كواه عليه[٣٤٦] .

٢٤٥ ـ وعن جابر رضى الله عنه قال : رُمي سعد بن معاذ في أكحله . قال : فحسمه النبي ﷺ بيده بمشقص . ثم ورمت فحسمه الثانية[٣٤٧] .

**العجوة :**

٢٤٦ ـ عن سعد بن أبي وقاص رضى الله عنه ، أن رسول الله ﷺ قال : ( من اصطبح كل يوم سبع تمرات من عجوة ، لم يضره سحر ولا سم ذلك اليوم إلى الليل )[٣٤٨] .

٢٤٧ ـ عن عائشة رضى الله عنها أن رسول الله ﷺ قال : ( إن عجوة العالية شفاء ، وإنها ترياق أول البكرة )[٣٤٩] .

**الحبة السوداء :**

٢٤٨ ـ عن أبي هريرة رضى الله عنه ، أنه سمع رسول الله ﷺ يقول : ( في الحبة السوداء شفاء من كل داء ، إلا السام )[٣٥٠] .

**الماء :**

قا تعالى : ﴿ وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ ﴾[٣٥١] .

٢٤٩ ـ عن ابن عمر رضى الله عنهما ، عن النبي ﷺ قال : ( الحمى من فيح جهنم ، فأبرودها بالماء )[٣٥٢] .

٢٥٠ ـ عن اسماء بنت أبى بكر الصديق رضى الله عنهما : أن أسماء كانت إذا أُتيت بالمرأة قد حمت تدعو لها ، أخذت الماء فصبته بينها وبين جيبها . وقالت : كان رسول الله ﷺ يأمرنا أن نبردها بالماء[٣٥٣] .

٢٥١ ـ عن أبي جمرة الضبعي قال : كنت اجالس ابن عباس بمكة ، فأخذتني الحمى ، فقال : ابردها عنك بماء زمزم ، فإن رسول الله ﷺ قال : ( إن الحمى من فيح جهنم فأبردوها بالماء ـ وقال : بماء زمزم ـ)[٣٥٤] .

## الرقى

جاء في زاد المعاد لابن القيم الجوزيه : هنا من الأدوية التي تشفى من الأمراض ما لم يهتد إليه أكابر الأطباء ، ولم تصل إليها علومهم وتجاربهم وأقيستهم من الأدوية القلبية والروحانية .

فالرقية المأخوذة من القرآن والسنة ، التى تبين أهمية الاعتماد على الله والتوكل عليه ، والإلتجاء إليه ، والاستغفار والدعاء والتوبة ، أدوية قد جربها الناس على اختلاف ألوانهم ، فوجدوا لها من التأثير في الشفاء ما لم يصل إليه علم أعلم الأطباء ، وتفعل ما لم تفعل الأدوية الحسية .

قال تعالى : ﴿ وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْءَانِ مَا هُوَ شِفَآءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴾[٣٥٥] .

٢٥٢ ـ عن عوف بن مالك الأشجعي رضى الله عنه قال : كنا نرقي في الجاهلية ، فقلنا : يارسول الله ، كيف ترى في ذلك ؟ قال : ( اعرضوا على رقاكم ، ثم قال : لا بأس بها ليس فيه شرك )[٣٥٦] .

٢٥٣ ـ عن عائشة رضى الله عنها ، قالت : ( أمرني رسول الله ﷺ ،أوأمر أن يُسترقى من العين )[٣٥٧] .

٢٥٤ ـ عن أم سلمــة رضى الله عنهـا . أن رسول الله ﷺ قال لجارية في بيتها ، رأى في وجهها سعفة ـ يعني صفرة ـ فقال : ( استرقوا لها فإن بها النظرة )[٣٥٨] .

* رقى مسنونة عن النبي ﷺ :

٢٥٥ ـ عن عائشة رضى الله عنها ، أن النبي ﷺ كان يقول للمريض : ( بسم الله تربة أرضنا ، بريقة بعضنا ، يشفي به سقيمنا بإذن ربنا )[٣٥٩] .

عن عائشة رضى الله عنها ، أن رسول الله ﷺ كان إذ أتى مريضا أو أتى به قال : ( أذهب البــأس ، رب النــاس، اشف وأنت الشـافى ، لا شفـاء إلا شفاؤك ، شفاء لا يغادر سقما )[٣٦٠] .

٢٥٦ ـ عن عائشة رضى الله عنها ، أن رسول الله ﷺ ، كان إذا اشتكى يقرأ على نفسه بالمعوذتين وينفث ، فلما اشتد وجعه كنت اقرأ عليه ، وأمسح عليه بيده رجاء بركتها)[٣٦١] .

٢٥٧ ـ عن أبي سعيد الخدري رضى الله عنه ، ( أن جبريل عليه السلام اتى النبي ﷺ فقال : يا محمد ، اشتكيت ؟ .

قال رسول الله ﷺ : نعم . فقال جبريل : بسم الله أرقيك من كل داء يؤذيك ، ومن شر كل نفس وعين ، والله يشفيك )[٣٦٢] .

٢٥٨ ـ عن عائشة رضى الله عنها قالت : كان رسول الله ﷺ إذا إشتكى رقاه جبريل ، يقول : ( بسم الله يبريك ، ومن كل داء يشفيك ، ومن شر حاسد إذا حسد وشر كل عين )[٣٦٣] .

٢٥٩ ـ عن عثمان بن أبي العاص الثقفي رضى الله عنه ، أنه شكا إلى رسول الله ﷺ وجعا يجده في جسده منذ أسلم .

فقال له : ( ضع يدك على الذي يألم من جسدك ، وقل : بسم الله ، ثلاث مرات ، وقل سبع مرات اعوذ بالله وقدرته من شر ما أجد وأحاذر )[٣٦٤] .

**والرقية بالقران الكريم مثل سورة الفاتحة :**

٢٦٠ ـ عن أبي سعيد الخدري رضى الله عنه قال : ( كنا في مسير لنا ، فنزلنا منزلا ، فجاءت جارية ، فقالت : إن سيد الحيّ سليم ، وإن نفرنا غُيب ، فهل منكم من راقٍ ؟ فقام معه رجل منا ما كنا نأبَنهُ برقية ، فرقاه فبرأ ، فأمر لنا بثلاثين شاة وسقانا لبنا . فلما رجع قلنا له : أكنت تحسن رقية ، أو كنت ترقي ؟ قال : لا ، ما رقيت إلا بأم الكتاب .

قلنا : لا تحدثوا شيئا حتى نأتي ـ أو نسأل ـ رسول الله ﷺ .

فلما قدمنا المدينة ذكرناه للنبي ﷺ فقال : ( وما كان يدريك أنها رقية ، أقسموا ، واضربوا لي بسهم )[٣٦٥] .

٢٦١ ـ عن عبدالله بن عباس رضى الله عنهما ، أن نفرا من أصحاب رسول الله ﷺ مروا بماءٍ فيه لديغ ـ أو سليم ـ فعرض لهم رجل من أهل الماء فقال : ( هل فيكم من راقٍ فإن في الماء رجلا لديغا ـ أو سليما ـ ؟ فانطلق رجل منهم فقرأ بفاتحة الكتاب . . . )[٣٦٦] .

قال تعالى : ﴿ لَّقَدْ كَانَ لَكُمْ فِى رَسُولِ ٱللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ ﴾[٣٦٧] .

أخيراً مما يحز في النفس أن الإسلام بقرآنه العظيم ، وبهدي نبيه المنير ، لايزال مجهولاً لدى كثير من الناس وخاصة غير المسلمين . . وانه لتحد كبير يواجه المسلمين اليوم في أن ينقلوا هذا النور إلى العالم ليستضيءَ به . . ويساهموا في رفع المعاناة والارتقاء بمستوى حياة كل أهل الأرض . وأن يبدأوا بأنفسهم ليطبقوه على حياتهم في كل المجالات ، فيهتدوا ويسعدوا . وصدق الله العظيم ﴿ فَمَنِ ٱتَّبَعَ هُدَاىَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَىٰ ﴾ سورة طه .

(١) البخارى جـ ٧ كتاب الرقاق باب ١ ص ١٧٠ . الترمذي جـ ٤ حديث رقم ٢٣٠٤ . مغبون : غبن نسيه أو أغفله .
(٢) احمد جـ ١ ص ٨ ، وصححه الشيخ شاكر برقم ٤٤ . ابن ماجه ج ٢ رقم ٣٨٤٩ .
(٣) الترمذي ج ٤ رقم ٢٣٤٦ وقال : حديث حسن غريب ، وحسنه الألباني في صحيح الترمذي برقم ١٩١٣ . ابن ماجة جـ ٢ رقم ٤١٤١ . البخاري في الأدب المفرد رقم ٣٠١ . حسنه المناوي في فيض القدير جـ ٦ رقم ٨٤٥٥ . سربه : أي في نفسه ـ غريب الحديث .
(٤) سبأ : آية ٣٤ .
(٥) البقرة : آية ٢١١ .
(٦) الأعراف : آية ٣١ .
(٧) البقرة : آية ١٩٥ .
(٨) الأسراء : آية ٩ .
(٩) البقرة : آية ١٩٥ .
(١٠) مسلم جـ ١ حديث رقم ٢٢٣ في سياق طويل .
(١١) المائدة : آية ٦ .
(١٢) التوبة : اية ١٠٨ .
(١٣) البقرة : آية ٢٢٢ .
(١٤) سبق تخريجه برقم ٤ .
(١٥) البخاري جـ ١ كتاب الوضوء باب ٢٦ ص ٤٨ . مسلم جـ ١ رقم ٢٧٨ .
(١٦) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٣٥ .
(١٧) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ ص ١٣٦ .
(١٨) أبو داود جـ ١ رقم ١٤٢ وذكره المنذري والخطابي في مختصر سنن أبي داود رقم ١٢٩ . الترمذي جـ ١ رقم ٣٨ . وقال : حديث حسن صحيح . ابن ماجه جـ ١ رقم ٤٤٨ . الحاكم جـ ١ ص ١٤٨ صححه ووافقه الذهبي .
ابن حبان جـ ٣ رقم ١٠٥٤ وقال شعيب الأرنؤوط : اسناده جيد وهو حديث صحيح .
ذكره ابن حجر في بلوغ المرام رقم ٣٦ .
(١٩) البخاري كتاب الوضوء باب ٢٩ ص ٤٩ .
(٢٠) ابن ماجه ج ١ رقم ٤٩٣ ، وقال البوصيري : هذا اسناد رجاله ثقات جـ ١ ص ١٢٥ .
(٢١) أبـو داود جـ ٤ رقم ٣٨٥٢ . الترمذي جـ ٤ حديث رقم ١٨٦٠ ، وقال : حديث حسن غريب . وصححـه الالباني في صحيح الترمذي جـ ٢ رقم ١٥١٥ . ابن ماجه جـ ٢ رقم ٣٢٩٧ . الحاكم جـ ٤ ص ١٣٧ صححه ووافقه الذهبي .
الغمر : الدسم والزهومة من اللحم .

(٢٢) متفق عليه اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٣٥ .
(٢٣) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٣٦ . التور : هو إناء من صفر أو حجارة كالإجانه .
(٢٤) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ٢٠٣ .
(٢٥) اخرجه البخاري جـ ١ كتاب الوضوء باب ٥١ ص ٥٩ .
(٢٦) سبق تخريجه برقم ٩ .
(٢٧) متفق عليه . اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٤٢ .
(٢٨) متفق عليه . اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٤٤ .
(٢٩) متفق عليه . اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٤٣ . يتهوع : يتقيأ .
(٣٠) النسائي جـ ١ باب ٥ ص ١٠ . ابن خزيمه جـ ١ رقم ١٣٥ ص ٧٠ . ابن حبان جـ ٣ رقم ١٠٦٧ وقال شعيب الأرنؤوط : اسناده جيد . المنتقى من الترغيب والترهيب جـ ١ حديث رقم ٢٦ .
(٣١) اخرجه مسلم جـ ١ حديث رقم ٢٥٣ . ابن ماجه جـ ١ حديث رقم ٢٩٠ .
(٣٢) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٣٦ .
(٣٣) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٣٧ .
(٣٤) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ حديث رقم ١٣٨ .
(٣٥) سبل السلام جـ ١ ص ٧٣ . وقد ذهب الإمام أحمد إلى أن المضمضة والاستنشاق جزء من غسل الوجه ، فهما من أركان الوضوء وذهب غيره من الأئمة إلى أنها سنة مؤكدة . الفقه على المذاهب الأربعة جـ ١ ص ٦١ .
(٣٦) المائدة : آية ٦ .
(٣٧) متفق عليه , اللؤلؤ والمرجان جـ ١ حديث رقم ١٣٦ .
(٣٨) أبو داود جـ ١ رقم ١١١ ، وذكره المنذري في مختصر ابي داود جـ ١ رقم ٩٨ . الترمذي جـ ١ رقم ٤٨ وقال حديث حسن صحيح . النسائي جـ ١ باب ٩٣ ص ٧٩ . ذكره ابن حجر في بلوغ المرام رقم ٣١ . الصملاخ : الافراز الطبيعي للأذن .
(٣٩) أبو داود جـ١ رقم ١٢٣ ، وذكره المنذري في مختصر سنن ابي داود جـ ١ رقم ١١٠ . وذكره ابن حجر في تلخيص الحبير جـ ١ رقم ٨٣ .
(٤٠) أبو داود جـ ١ رقم ١٢٦ . وذكره المنذري في مختصر أبي داود جـ ١ رقم ١١٣ . الترمذي جـ ١ رقم ٣٤ ، وقال : حديث حسن ، صحيح . ابن ماجه جـ ١ رقم ٤٤٠ . ذكره ابن حجر في تلخيص الحبير جـ ١ رقم ٨٤ .
(٤١) أبو داود جـ ١ رقم ١٣٤ . وذكره المنذري في مختصر أبي داود جـ ١ رقم ١٢١ . الترمذى جـ١ رقم ٣٧ وقال : حديث حسن ، ليس إسناده بذاك القائم . ابن ماجة جـ ١ رقم ٤٤٤ . المأقين : هو الماق : طرف العين الذي يلي الأنف .
(٤٢) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ حديث قم ١٣٥ .
(٤٣ - ٤٤) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ حديث رقم ١٣٥ / ١٣٦ .
(٤٥) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ حديث رقم ١٤٠ . الأعقاب : العقب ، عظم مؤخرة القدم ، وهو اكبر عظامها ، واخر كل شيء .

(٤٦) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٣٩ .
(٤٧) مسلم جـ ١ حديث رقم ٢٤٦ .
(٤٨) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٤١ . الغر : من الغرة ، بياض الوجه . الغر المحجلون : أي بيض مواضع الوضوء من الوجه والأيدي والأقدام .
(٤٩) مسلم جـ ١ حديث رقم ٢٥٠ . الحلية : التحجيل يوم القيامة من أثر الوضوء.
* والوضوء يكون طهارة من الحدث الأصغر للدخول في الصلاة ويكون مقرونا بالنية ويبدأ بغسل الوجه وطوله من منابت شعر الرأس المعتاد إلى مجمع اللحيين ، وعرضه من الأذن إلى الأذن ، ويجب ازالة ما على الوجه من وسخ أو رمص يمنع من وصول الماء ، وغسل الهدب ، والشارب ، والحاجب والعنفقه والعذار ، ثم غسل اليدين مع المرفقين ، ثم مسح الرأس ، ثم غسل الرجلين مع الكعبين ، ويجب غسل ما بين الأصابع والثقوب ، وإزالة ما عليها ، وما تحت الأظفار من وسخ ونحوه .
العنفقه : الشعر الذي في الشفة السفلى ، وقيل الشعر الذي بينها وبين الذقن ( النهاية في غريب الحديث والآثر ) .
العذار : جانب لحيته . ( المعجم الوسيط ) .
(٥٠) التوبة : آية ١٠٨ .
(٥١) أبو داود جـ ١ حديث رقم ٤٤ ، ذكره المنذري في مختصر ابي داود جـ ١ رقم ٤٠ . الترمذي جـ ٥ رقم ٣١٠٠ وقال : هذا حديث غريب من هذا الوجه . ابن ماجه جـ ١ رقم ٣٥٧ .
(٥٢) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٥٤ .
(٥٣) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٥٣ .
الاداوة : اناء صغير من جلد يتخذ للماء كالسطيحة ونحوها . عنزة : مثل نصف الرمح أو أكبر شيئا وفيها سنان مثل سنان الرمح .
(٥٤) البخاري جـ ١ كتاب الصلاة باب ٢٠ ص ٤٧ .
(٥٥) الترمذي جـ ١ رقم ١٩ ، وقال : هذا حديث حسن صحيح وصححه الالباني في صحيح الترمذي جـ ١ رقم ١٨ . النسائي جـ ١ باب ٤١ ص ٤٣ وصححه الالباني في صحيح النسائي جـ ١ رقم ٤٥ . أحمد جـ ٦ ص ٩٥ ، ١١٣ ، ١٢٠ ، ١٣٠ ، ١٧١ ، ٢٣٦ .
(٥٦) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٦٧ .
(٥٧) المائدة : آية ٦ .
(٥٨) البقرة : آية ٢٢٢ .
(٥٩) الأنفال : آية ١١ .
(٦٠) الفرقان : آية ٤٨ .
(٦١) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ ص ١٩٩ .
(٦٢) أحمد جـ ٦ ص ٩٧ . مالك في الموطأ رقم ١٠٠ .
(٦٣) مسلم جـ ١ حديث رقم ٣٤٣ .
(٦٤) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ حديث رقم ١٨٠ .
(٦٥) البقرة آية ٢٢٢ .

(٦٦) مسلم جـ ١ رقم ٣٣٢ . فرصة : قطعة من صوف أو قطن أو خرقه . ممسكة : أي مطيبة بالمسك .
(٦٧) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ١ رقم ١٩٠ .
(٦٨) البخاري جـ ١ كتاب الحيض باب ٣٨ ص ٨٥ .
(٦٩) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ١ رقم ٤٨٧ .
(٧٠) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ١ رقم ٤٨٥ .
(٧١) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ١ رقم ٤٨٨ .
(٧٢) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ١ رقم ٤٩٢ .
(٧٣) متفق عليه : اللؤلو والمرجان جـ ١ حديث رقم ١٤٥ .
(٧٤) مسلم جـ ١ حديث رقم ٢٦١ . أبو داود جـ ١ حديث رقم ٥٣ . الترمذي جـ ١ حديث رقم ٢٧٥٧ . البراجم : هي العقد التي في ظهور الأصابع يجتمع فيها الوسخ . ترجيل الشعر : تسريح الشعر وتنظيفه . النهاية لابن الاثير .
(٧٥) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ حديث ١٧٢ .
(٧٦) أبو داود جـ ٤ حديث رقم ٤١٦٣ . ذكره المنذري في مختصر سنن أبي داود جـ ٦ رقم ٤٠٠٠ وصححه المناوي في فيض القدير جـ ٦ رقم ٨٩٧٤ .
(٧٧) أبو داود جـ ٤ حديث رقم ٤٠٦٢ ، وذكره المنذري في مختصر ابى داود جـ ٦ رقم ٣٩٠٤ . النسائي جـ ٨ باب ٦٠ ص ١٨٣ .
وحسنه المناوي في فيض القدير جـ ٢ رقم ١٥٩٣ . أحمد جـ ٣ ص ٣٥٧ .
ابن حبان جـ ٧ رقم ٥٤٥٩ . الحاكم جـ ٤ ص ١٨٦ صححه الحاكم على شرطهما ووافقه الذهبى .
(٧٨) النحل : آية ٨١ .
(٧٩) النحل : آية ٥ .
(٨٠) الأعراف : آية ٢٦ .
(٨١) الأعراف : آية ٣١ .
(٨٢) مسلم جـ ١ حديث رقم ١٤٧ . الترمذي جـ ٤ حديث رقم ١٩٩٩ . غمط : الاستهانة والاستحقار .
(٨٣) أبو داود جـ ٤ رقم ٤٠٦٣ ، وذكره المنذري في مختصر ابى داود جـ ٦ رقم ٣٩٠٥ . النسائي جـ ٨ باب ٨٣ ص ١٩٦ الترمذي جـ ٤ ص ٢٠٠٦ ، وقال حسن صحيح . أحمد جـ ٣ ص ٤٧٣ . اطمار : جمع طمر ، الثوب الخلق .
(٨٤) الأعراف : آية ٢٦ .
(٨٥) الحاكم جـ ٤ ص ١٧٩ ، صححه وافقه الذهبي .
(٨٦) المدثر : آية ٤ .
(٨٧) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٦٥ .
(٨٨) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ ١٦٦ .

(٨٩) أبو داود جـ ٤ رقم ٤٠٦٢ ، وذكره المنذري في مختصر أبى داود جـ ٦ رقم ٣٩٠٤ . النسائي جـ ٨ باب ٦٠ ص ١٨٣ أحمد جـ ٣ ص ٣٥٧ . ابن حبان جـ ٧ رقم ٥٤٥٩ . الحاكم جـ ٤ ص ١٨٦ وقال : صحيح ووافقه الذهبي .

(٩٠) ابو داود جـ ٤ رقم ٤٠٣٣ ، وذكره المنذري في مختصر أبي داود جـ ٦ رقم ٣٨٧٥ . الترمذي جـ ٤ رقم ٢٤٧٩ وقال : حديث صحيح . ابن ماجه جـ ٢ رقم ٣٥٦٢ . ( ومعنى الحديث أنه كان ثيابهم الصوف ، وان إذا اصابهم المطر يجيء من ثيابهم ريح الصوف ) .

(٩١) أبو داود جـ ٤ رقم ٤٠٧٤ ، وذكره المنذري في مختصر أبي داود جـ ٦ رقم ٣٩١٥ . الحاكم جـ ٤ ص ١٨٩ ، وقال صحيح على شرط الشيخين ووافقه الذهبي .

(٩٢) أبو داود جـ ١ رقم ٣٨٣ ، ذكره المنذري في مختصر أبي داود جـ ١ رقم ٣٥٩ وقال الخطابي : مجهولة لا يعرف حالها في الثقة والعدالة ، يعنى أم ولد لإبراهيم ، وصححه الالباني في صحيح أبي داود جـ ١ برقم ٣٦٩ . الترمذي جـ ١ برقم ١٤٣ . ابن ماجة جـ ١ رقم ٥٣١ .

(٩٣) أبو داود جـ ١ رقم ٦٥٠ ، ذكره المنذري في مختصر أبي داود جـ ١ رقم ٦٢٠ والخطابي ، أحمد جـ ٣ ص : ٢٠ .

(٩٤) رواه الحاكم موقوفا جـ ٤ ص ١٧٨ وصححه ووافقه الذهبي .

(٩٥) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٣٤٦ . الحبرة : بوزن عنبه ، برد يماني يصنع من قطن أو كتان مخطط .

(٩٦) متفق عليه اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٣٤٥ .

(٩٧) البخاري جـ ١ باب ٣٤ ص ٤٣ .

(٩٨) الترمذي جـ ٥ رقم ٢٨١١ وقال : حديث صحيح . النسائي جـ ٤ باب ٣٨ ص ٣٤ . وصححه المناوي في فيض القدير جـ ٢ رقم ١٥٦٣ . أحمد جـ ٥ ص ١٣ ، ٢٠ ، ٢١ .

(٩٩) أبو داود جـ ٤ رقم ٤٠٦٥ ، وذكره المنذري في مختصر سنن أبي داود جـ ٦ رقم ٣٩٠٧ . الترمذي جـ ٥ ٢٨١٢ . وقال حسن غريب . النسائي جـ ٨ كتاب الزينة باب ٩٦ ص ٢٠٤ . أحمد جـ ٢ ص ٢٢٦ وصحح الشيخ شاكر اسناده .

(١٠٠) أبو داود جـ ٤ رقم ٤٠٨٩ ، وذكره المنذري في مختصر سنن أبي داود جـ ٦ رقم ٣٩٣٠ . أحمد جـ ٤ ص ١٨٠ الحاكم جـ ٤ ص ١٨٣ وصححه ووافقه الذهبي . ابن الحنظليه : هو سهل بين الربيع ابن الحنظلية من زهاد الصحابة رضوان الله عليهم ( اسد الغابة جـ ٢ ) .

(١٠١) النحل : آية ٨٠ .

(١٠٢) الترمذي جـ ٥ حديث رقم ٢٧٩٩ . وحسنه المناوي في فيض القدير جـ ٢ رقم ١٧٤٨ .

(١٠٣، ١٠٤) المصنف لابن أبي شيبة جـ ٥ حديث رقم ٢٥٩٢١ ـ ٢٥٩٢٢ ص ٢٦٤ .

(١٠٥) ابن حبان في صحيحه جـ ٢ رقم ٤٠٢١ .

(١٠٦) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٦٢ .

(١٠٧) مسلم جـ ١ حديث رقم ٢٨٥ . تزرموه / لا تقطعوا عليه بوله . ( النهاية لابن الاثير ) .

(١٠٨) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ٣٢٤ .

(١٠٩) ابن ماجه جـ ١ رقم ٧٤٧ . صححه المناوي جـ ٤ حديث رقم ٤٦٤٤ .
(١١٠) سبق تخريجه برقم ٧٤ .
(١١١) ابراهيم : آية ٣٢ ، ٣٣ ، ٣٤ .
(١١٢) الرحمن : آية ٧ ، ٨ .
(١١٣) البقرة : آية ٦٠ .
(١١٤) البقرة : ٢٠٥ .
(١١٥) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٦١ .
(١١٦) مسلم جـ ١ رقم ٢٦٩ . أبو دادود جـ ١ رقم ٢٥ . أحمد جـ ٢ ص ٣٧٢ .
(١١٧) أبو داود جـ ١ رقم ٢٦ ، وذكره المنذري في مختصر أبي داود جـ ١ ٢٤ . ابن ماجه جـ ١ رقم ٣٢٨ . الحاكم في مستدركه جـ ١ ص ١٦٧ وقال : حديث صحيح الإسناد ووافقه الذهبى .
(١١٨) مسلم جـ ١ رقم ٥٥٣ . ابن ماجة ج ٢ رقم ٣٦٨٣ ص ١٢١٤ . أحمد جـ ٥ ص ١٧٨ .
(١١٩) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٦٨٢ .
(١٢٠) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٢ رقم ١٠٠١ .
(١٢١) مسلم جـ ٣ رقم ١٥٥٢ .
(١٢٢) أحمد جـ ٣ ص ١٩١ .
(١٢٣) أبو داود جـ ٥ رقم ٥٢٣٩ ، وذكره المنذري في مختصر سنن أبي داود جـ ٨ رقم ٥٠٧٨ . الطحاوي في مشكل الآثار جـ ٤ ص ١١٩ ، ١٢٠ . الطبراني في الأوسط جـ ٣ رقم ٢٤٦٢ . البيهقي في السنن الكبري جـ ٦ ص ١٣٩ .
(١٢٤) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٤٣٦ . الممرض : الذي له إبل مرضى . المصح : التى صحت ما شيته من الأمراض والعاهات . النهاية لابن الأثير .
(١٢٥) سبق تخريجه برقم ٨٩ .
(١٢٦) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٤٣٣ .
(١٢٧) البخاري جـ ٧ كتاب القدر باب ١٥ ص ٢١٥ .
(١٢٨) مسلم جـ ٢ رقم ٢٢٣١ . النسائي جـ ٧ كتاب البيعة باب ١٩ ص ١٥٠ .
(١٢٩) البخاري جـ ٧ كتاب الطب باب ١٩ ص ١٧ .
(١٣٠) الروم : آية ٢٣ .
(١٣١) الفرقان : آية ٤٧ .
(١٣٢) المؤتمر العالمي الثالث للسيرة والسنة النبوية . البحوث والدراسات المقدمة للمؤتمر جـ ٧ (بحث الدكتور نجيب الكيلانى ) .
(١٣٣) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٢ رقم ٨٨٥ .
(١٣٤) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٢ رقم ٧١٥ .
(١٣٥) زاد المعاد جـ ٤ ص ٢٤٠ .
(١٣٦) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ حديث رقم ١٧٣٤ .
(١٣٧) زاد المعاد جـ ٤ ص ٢٤١ .

(١٣٨) ابراهيم : آية ٣٣ .
(١٣٩) مع الطب في القرآن ص ١٠٦ .
(١٤٠) الحجرات : آية ٧، ٨ .
(١٤١) العبادة في الإسلام ص ١٩٢ .
(١٤٢) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ حديث رقم ٤٤٩ .
(١٤٣) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ ٤٤٨ .
(١٤٤) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٢ حديث رقم ٧١٥ .
(١٤٥) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٢ حديث رقم ٧١٩ . هجمت له العين : أي غارت ودخلت في موضعها . نفهت له النفس : أي أعيت وكلت . النهاية لابن الأثير .
(١٤٦) النساء : آية ٢٩ .
(١٤٧) البقرة : آية ١٩٥ .
(١٤٨) مسلم جـ ٢ رقم ١٩٢٦ .
(١٤٩) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ حديث رقم ١٧٣٥ .
(١٥٠) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ ١٣١٢ .
(١٥١) البخاري جـ ٧ كتاب الاستئذان باب ٥٠ ص ١٤٣ .
(١٥٢) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٢ رقم ١٢٥١ .
(١٥٣) سبق تخريجه برقم ٧٤ .
(١٥٤) أحمد جـ ٢ ص ٩١ صححه الشيخ شاكر جـ ٨ برقم ٥٦٥٠ .
(١٥٥) ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٤٠١٦ ، وحسنه الالباني في صحيح ابن ماجه رقم ٣٢٤٣ . أحمد جـ ٥ ص ٤٠٥ .
(١٥٦) الأعراف : آية ١٥٧ .
(١٥٧) المائدة : آية ٣ . الموقوذة : التي وقذت بالعصا حتى ماتت . ـ المعجم الوسيط ـ .
(١٥٨) مع الطب في القرآن . ص ١٣٣ .
(١٥٩) البخاري جـ ٦ كتاب الذبائح والصيد ص ٢٣١ . باب ٣٠ .
(١٦٠) البخاري جـ ٦ كتاب الذبائح والصيد باب ٧ ص ٢٢٠ .
(١٦١) مسلم جـ ٣ رقم ١٩٣١ .
(١٦٢) مسلم جـ ٣ رقم ١٩٢٩ .
(١٦٣) الانعام : آية ١٤٥ .
(١٦٤) ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٣٣١٤ . البيهقى جـ ١ ص ٢٥٤ وقال : اسناده صحيح . وصححه المناوي في فيض القدير جـ ١ رقم ٢٧٣ .

* ومن الجدير بالذكر أنه قد يرد بلسان الشرع تسمية الكبد والطحال باسم الدم ، وهذا من قبيل التشبيه لا الحقيقة ، لاحتوائها على كميه كبيرة من الدم ، والواقع أنهما نسيجان عاديان لهما وظائفهما الخاصة . أما بالنسبة لحديث الرسول ﷺ الذي يقول : ( أحلت لنا ميتتان السمك والجراد ، ودمان الكبد والطحال ) فلعله لرفع الشبهة بتحريمهما عند من رأى

أنها أشبه بالدم من اللحم ، وعلى كل حال فالطب لم يثبت أي ضرر من أكل الكبد والطحال ، بل على العكس ، فقد دل كونهما مادتين غذائيتين غنيتين بالكثير من المواد الهامة كمولد السكر ، والحديد ، والبروتين ، والفيتامينات وبذلك جاء الطب مصدقا للشرع . مع الطب في القرآن ص ١٣٦ .

(١٦٥) الأنعام : آية ١٤٥ .

(١٦٦) ( الصوم من اركان الإسلام ) محمد اسماعيل ابراهيم ص ٢٠٤ .

(١٦٧) ابو داود جـ ٤ رقم ٣٧٨٥ ، وذكره المنذري في مختصر ابي داود جـ ٥ رقم ٣٦٣٧ . الترمذي جـ ٤ رقم ١٨٢٤ . وقال : حديث حسن غريب . ابن ماجه جـ ٢ رقم ٣١٨٩ .

(١٦٨) المائدة : آية ٩٠ - ٩١ .

(١٦٩) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ حديث رقم ١٣٠١ .

(١٧٠) البخاري جـ ٦ كتاب الأشربه باب ٢ ص ٢٤١ .

(١٧١) أبو داود جـ ٤ رقم ٣٦٨١ ، وذكره المنذري في مختصر أبي داود جـ ٥ رقم ٣٥٣٤ . والخطابي الترمذي جـ ٤ رقم ١٨٦٥ . وقال : حسن غريب ، وقال الالباني : حسن صحيح في صحيح الترمذي جـ ٢ رقم ١٥٢٠ . ابن ماجه جـ ٢ رقم ٣٣٩٣ . حسنه المناوي في فيض القدير جـ ٥ رقم ٧٨١٥ .

(١٧٢) مسلم جـ ٢ رقم ٢٠٠٣ . ابو داود جـ ٤ رقم ٣٦٧٩ .

(١٧٣) تطهير المجتمعات من أرجاس الموبقات ص ١٥٣ .

(١٧٤) أحمد جـ ٤ ص ٣٩٩ . أبو يعلى جـ ٩ رقم ٥٥٥٦ . ابن حبان في صحيحه جـ ٧ رقم ٥٣٢٢ . الحاكم جـ ٤ ص ١٤٦ وقال صحيح على شرط الشيخين ووافقه الذهبي . حسنه المناوي في فيض القدير رقم ٣٥٢٨ .

(١٧٥) أبو داود جـ ٣ رقم ٣٤٨٥ ، وذكره المنذري في مختصر أبي داود جـ ٥ رقم ٣٣٣٩ والخطابي .

(١٧٦) أبو داود جـ ٤ رقم ٣٦٧٤ ، وذكره المنذري في مختصر أبي داود جـ ٥ رقم ٣٥٢٧ . ابن ماجه جـ ٢ رقم ٣٣٨١ . وصححه المناوي في فيض القدير جـ ٥ رقم ٧٢٥٣ .

(١٧٧) مجله البحوث الإسلامية العدد ٣٢ ص ٢٣٤ نقلا عن السياسة الشرعية في اصلاح الراعي والرعية ص ٩١ - ٩٢- ٩٣ .

(١٧٨) أبو داود جـ ٤ رقم ٣٦٨٦ ، ذكره المنذري في مختصر أبي داود جـ ٥ رقم ٣٥٤٠ . كتاب الأشربة لأحمد بن حنبل جديث رقم ٤ . صححه المناوي في فيض القدير جـ ٦ حديث رقم ٩٥٠٧ . مفتر : الذي إذا شرب أحمى الجسد وصار فيه فتور ، وهو ضعف وانكسار . (النهاية لابن الاثير) .

(١٧٩) آل عمران : آية ١١٠ .

(١٨٠) الإسراء : آية ٣٢ .

(١٨١) الانعام : آية ١٥١ .

(١٨٢) البخاري جـ ٨ كتاب الحدود باب ٢٠ ص ٢٠ .

(١٨٣) الحاكم جـ ٢ ص ٣٧ وقال صحيح الإسناد ووافقه الذهبي .
(١٨٤) من كتاب تطهير المجتمعات من أرجاس الموبقات ص ١٤٥ .
(١٨٥) ابن ماجه جـ ٢ رقم ٤٠١٩ . أبو نعيم في الحلية جـ ٨ ص ٣٣٣ . الحاكم جـ ٤ ص ٥٤٠ وقال صحيح الإسناد ولم يخرجاه ووافقه الذهبي .
(١٨٦) من كتاب تطهير المجتمعات من أرجاس الموبقات ص ١٤٧ .
(١٨٧) الاعراف : آية ٨١ .
(١٨٨) الترمذي جـ ٤ حديث رقم ١٤٥٧ ، وقال : حديث حسن غريب . ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٢٥٦٣ . الحاكم جـ ٤ ص ٣٥٧ ، صححه ووافقه الذهبي .
(١٨٩) أبو داود جـ ٤ رقم ٤٤٦٢ ، وذكره المنذري والخطابي في مختصر سنن أبي داود جـ ٦ رقم ٤٣٩٧ . الترمذي جـ ٤ حديث رقم ١٤٥٦ ، ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٢٥٦١ .
(١٩٠) البقرة : آية ٢٢٢ .
(١٩١) الترمذي جـ ٥ رقم ٢٩٨٠ وقال : حديث حسن غريب . أحمد جـ ١ ص ٢٩٧ ، وصحح الشيخ شاكر اسناده برقم ٢٧٠٣ . ابن حبان في صحيحه جـ ٦ رقم ٤١٩٠ . البيهقى في السنن جـ ٧ ص ١٩٨ .
(١٩٢) الحاكم جـ ٢ ص ١٢٦ ، صححه ووافقه الذهبي .
(١٩٣) فصلت : آية ١٠ .
(١٩٤) الأعراف : آية ١٦٠ .
(١٩٥) المائدة : آية ٨٨ .
(١٩٦) مسلم جـ ٣ حديث رقم ٢٦٦٤ .
(١٩٧) طه : أية ٨١ .
(١٩٨) الأعراف : آية ٣١ .
(١٩٩) الترمذي جـ٤ رقم ٣٣٨٠ وقال حديث حسن صحيح ، ابن ماجه جـ٢ رقم ٣٣٤٩، أحمد جـ ٤ ص ١٣٢ . ابن حبان جـ ٢ رقم ٦٧٤ . قال شعيب الأرنؤوط : صحيح على شرط مسلم . الحاكم جـ ٤ ص ١٢١ سكت عليه الحاكم ، وقال الذهبي : صحيح . الطبراني جـ ٢٠ رقم ٦٤٤ .
(٢٠٠) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٣٣٤ .
(٢٠١) مسلم جـ ٣ رقم ٢٠٥٩ . الترمذي جـ ٤ رقم ١٨٢٠ ، قال : حديث حسن صحيح . أحمد جـ ٣ ص ٣٠١ ، ٣١٥ .
(٢٠٢) ابن ماجه جـ ٢ رقم ٣٣٤٤ ، صححه الالباني في صحيح ابن ماجه جـ ٢ رقم ٢٧٠٠ . أحمد جـ ٦ ص ٤٢ .
(٢٠٣) الترمذي جـ ٤ رقم ٢٤٧٨ ، قال : حديث غريب من هذا الوجه ، حسنه الالباني في صحيح الترمذي جـ ٢ رقم ٢٠١٥ . ابن ماجه جـ ٢ رقم ٣٣٥٠ ، حسنه الالباني في صحيح ابن ماجه جـ ٢ رقم ٢٧٠٥ .
(٢٠٤) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ١٢٠ . نهس : أي أخذه بفيه .

(٢٠٥) ابن ماجه ، جـ ٢ رقم ٣٣٠٨ . أحمد جـ ١ ص ٢٠٤ ، وحسن الشيخ شاكر اسناده برقم ١٧٤٤ . الحاكم جـ ٤ ص ١١١ وقال صحيح ووافقه الذهبي .

(٢٠٦) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٢ رقم ١٢٧٦ . أنفجنا : أي أثرناها . اللغب : التعب والاعياء .

(٢٠٧) الواقعة : آية ٢١ .

(٢٠٨) البخاري جـ ٦ كتاب الذبائح والصيد باب ٢٦ ص ٢٢٨ . مسلم جـ ٣ رقم ١٦٤٩ .

(٢٠٩) النحل : آية ١٤ .

(٢١٠) ابن ماجه جـ ٢ رقم ٣٣١٤ ، وصححه الالباني في صحيح ابن ماجه جـ ٢ رقم ٢٦٧٩ . أحمد جـ ٢ ص ٩٧ وصحح الشيخ شاكر اسناده برقم ٥٧٢٣ . والبيهقى في سننه جـ ١ ص ٢٥٤ ، وقال : هذا اسناد صحيح .

(٢١١) أبو داود جـ ١ رقم ٨٣ . الترمذي جـ ١ رقم ٦٩ ، وقال : هذا حديث حسن صحيح . النسائي جـ ١ ص ٥٠ باب ٤٧ . ابن ماجه جـ ١ رقم ٣٨٦ . أحمد جـ ٢ ص ٢٣٧ ، ٣٦١ وصحح الشيخ شاكر اسناده برقم ٧٢٣٢ . ابن حبان جـ ٤ رقم ١٢٤٣ وصحح شعيب الأرنؤوط اسناده . البيهقي جـ ١ ص ٣ . الحاكم جـ ١ ص ١٤٠ وصحح الحاكم اسناده ووافقه الذهبي . ذكره ابن حجر في بلوغ المرام حديث رقم ١٠ ص ١١ .

(٢١٢) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٢ حديث رقم ١٢٦١ . الخبط : ضرب الشجر بالعصا ليتأثر ورقها والورق الساقط خَبَطَ بالتحريك . ودكه : دسم اللحم ودهنه الذي يستخرج منه . [ النهاية غريب الحديث والأثر ] .

(٢١٣) النحل : آية ٦٦ . فرث : خلاصة المأكول في الكرش والامعاء ( تفسير المنير جـ ١٤ ) .

(٢١٤) محمد : آية ١٥ .

(٢١٥) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ حديث رقم ١٣٠٨ .

(٢١٦) أبو داود جـ ٤ حديث رقم ٣٧٣٠ ، وحسنه الالباني في صحيح ابي داود جـ ٢ حديث رقم ٣١٧٣ . الترمذي جـ ٥ حديث رقم ٣٤٥٥ ، قال : حديث حسن . ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٣٣٢٢ .

(٢١٧) الحاكم جـ ٤ ص ٤٠٣ ، صححه الحاكم ووافقه الذهبي . حسنه المناوي في فيض القدير جـ ٤ رقم ٥٥٥٦ . وصححه الالباني في صحيح الجامع الصغير جـ ٤ رقم ٣٩٣٨ .

(٢١٨) أبو داود جـ ٤ حديث رقم ٣٨١٩ .

(٢١٩) الترمذي جـ ٤ حديث رقم ١٧٢٦ ، وحسنه الالباني في صحيح الترمذي جـ ٢ رقم ١٤١٠ . ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٣٣٦٧ . الحاكم جـ ٤ ص ١١٥ . وقال : هذا حديث مفسر في الباب وسيف بن هارون لم يخرجاه ، وقال الذهبي : ضعفه جماعة . صححه المناوي في فيض القدير جـ ٣ رقم ٣٨٥٨ .

(٢٢٠) ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٣٣٤٢ . وصححه الالبانى في صحيح ابن ماجه رقم ٢٦٩٨ .

(٢٢١) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ حديث رقم ١٥٨٨ .

(٢٢٢) البخاري جـ ٦ باب ٢٣ ص ٢٠٤ . النقي : الخبز الحواري .

(٢٢٣) ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٣٣٣٦ ، وفي الزوائد اسناده حسن ، وحسنه الالباني في صحيح ابن ماجه جـ ٢ ٢٦٩٦ .

(٢٢٤) الترمذي جـ ٤ حديث رقم ٢٠٣٩ وقال : حديث حسن صحيح . وصححه المناوي جـ ٥ رقم ٦٥٤٢ . يرتق : يشده ويقويه . يسرو : يكشف عن فؤاده الألم ويزيله ، أحمد جـ ٦ ص ٣٢ ، الحاكم جـ ٤ ص ١١٧ صححه ووافقه الذهبي .

(٢٢٥) البخاري جـ ٦ باب ١٧ ص ٢٠٢ . ودك : دسم اللحم ودهنه الذي يستخرج منه .

(٢٢٦) ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٣٣٤٥ . وصححه الالباني في صحيح ابن ماجه جـ ٢ رقم ٢٧٠١ .

(٢٢٧) مريم : آية ٢٥ .

(٢٢٨) مسلم جـ ٣ حديث رقم ٢٠٤٦ .

(٢٢٩) مسلم جـ ٣ رقم ٢٠٤٦ .

(٢٣٠) البخاري جـ ٦ باب ٤١ ص ٢١٠ .

(٢٣١) أبو داود جـ ٢ حديث رقم ٢٣٥٦ ، وقال الالبانى في صحيح أبي داود جـ ٢ : حسن صحيح رقم ٢٠٦٥ . الترمذي جـ ٣ حديث رقم ٦٩٦ وقال : حديث حسن غريب ، وصححه الالباني في صحيح الترمذي جـ ١ رقم ٥٦٠ . أحمد جـ ٣ ص ١٦٤ .

(٢٣٢) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٣٢٥ .

(٢٣٣) أبو داود جـ ٤ حديث رقم ٣٨٣٦ ذكره المنذرى جـ ٥ رقم ٣٦٨٨ وحسنه الالباني في صحيح أبي داود جـ ٢ رقم ٣٢٤٩ . الترمذي جـ ٤ حديث رقم ١٨٤٣ ، وقال : حديث حسن غريب ، وصححه الالباني في صحيح الترمذي جـ ٢ رقم ١٥٠٣ .

(٢٣٤) أبو داود جـ ٤ حديث رقم ٣٨٣٧ ذكره المنذري جـ ٥ رقم ٣٦٨٩ وصححه الالباني في صحيح أبي داود جـ ٢ رقم ٣٢٥٠ . ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٣٣٣٤ وصححه الالباني في صحيح ابن ماجه ج ٢ رقم ٣٦٩٤ .

(٢٣٥) صحيح البخاري جـ ٦ كتاب الاطعمة باب ٣٢ ص ٢٠٨ .

(٢٣٦) النحل : آية ٦٨ ، ٦٩ .

(٢٣٧) البخاري جـ ٧ كتاب الطب باب ٣ ص ١٢ .

(٢٣٨) سبق تخريجه برقم ١٦١ .

(٢٣٩) البخاري جـ ٧ كتاب الطب باب ٤ ص ١٢ . مسلم جـ ٢ رقم ٢٢١٧ .

(٢٤٠) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٤٢١ .

(٢٤١) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٣٢٨ .

(٢٤٢) النور : آية ٣٥ .

(٢٤٣) الترمذي جـ ٣ حديث رقم ١٨٥١ ، وقال : حديث غريب ، وابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٣٣١٩ ، وصححه الالبانى في صحيح ابن ماجه جـ ٢ رقم ٢٦٨٢ . الحاكم جـ ٤ ص ١٢٢ . صححه الحاكم ووافقه الذهبي . صححه المناوي في فيض القدير جـ ١ رقم ٣٢ .

(٢٤٤) مسلم جـ ٣ رقم ٢٠٥٢ . أبو داود جـ ٤ حديث رقم ٣٨٢٠ ، ٣٨٢١ .
ابن ماجه جـ ٢ رقم ٣٣١٦ ، ٣٣١٧ .
(٢٤٥) مسلم جـ ٣ رقم ٢٠٥١ . ابن ماجه جـ ٢ رقم ٣٣١٧ .
(٢٤٦) الكهف : آية ١٩ .
(٢٤٧) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ حديث رقم ١٣٢٩ . الكباث : هو النضيج من ثمر الأراك (النهاية في غريب الحديث والأثر) .
(٢٤٨) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ حديث رقم ١٣٢٤ .
(٢٤٩) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ حديث رقم ١٣٠٩ .
(٢٥٠) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ حديث رقم ١٣١٦ .
(٢٥١) ابو داود جـ ٤ حديث رقم ٣٧٢٨ ، الترمذي جـ ٤ حديث رقم ١٨٨٨ وقال حسن صحيح . ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٣٤٢٩ . أحمد جـ ١ ص ٣٠٩ وصحح الشيخ شاكر اسناده برقم ٢٨١٨ .
(٢٥٢) البخاري جـ ٦ كتاب الذبائح والصيد باب ٣٤ ص ٢٣٢ .
(٢٥٣) مسلم جـ ٣ حديث رقم ١٩٣١ .
(٢٥٤) البخاري جـ ٦ الذبائح والصيد باب ٨ ص ٢٢٠ .
(٢٥٥) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ حديث رقم ١٣١٣ .
(٢٥٦) أبو داود جـ ٤ حديث رقم ٣٧٧٢ ، ذكره المنذري في مختصر أبي داود رقم ٣٦٢٥ . الترمذي جـ ٤ حديث رقم ١٨٠٥ قال : حسن صحيح ، ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٣٢٧٧ .
(٢٥٧) البخاري جـ ٦ كتاب الاطعمة باب ١٣ ص ٢٠١ .
(٢٥٨) أبو داود جـ ٢ حديث رقم ٢٦٠٦ . الترمذي جـ ٣ حديث رقم ١٢١٢ ، وقال : حديث حسن . ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٢٢٣٦ ، أحمد جـ ٣ ص ٤١٧ . صححه المناوي في فيض القدير جـ ٢ رقم ١٤٥٧ .
(٢٥٩) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٧٣٢ .
(٢٦٠) مسلم جـ ٢ رقم ١٩١٧ . أبو داود جـ ٣ رقم ٢٥١٤ ابن ماجه جـ ٢ رقم ٢٨١٣ .
(٢٦١) الترمذي جـ ٤ رقم ١٦٣٧ . وقال حديث حسن صحيح . ابن ماجه جـ ٢ رقم ٢٨١١ . أحمد جـ ٤ ص ١٥٤ . فيض القدير : حسن جـ ١ رقم ٩٥٥ .
(٢٦٢) مسلم جـ ٢ رقم ١٩١٩ . أحمد جـ ٤ ص ١٤٨ .
(٢٦٣) البخاري جـ ٣ كتاب الجهاد والسير ص ٢٢٦ باب ٧٨ . أحمد جـ ٤ ص ٥٠ .
(٢٦٤) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٢ رقم ١٢٢٥ .
(٢٦٥) ابو داود جـ ٣ رقم ٢٥٧٤ . الترمذي جـ ٤ رقم ١٧٠٠ وقال : حديث حسن . النسائي جـ ٦ كتاب الخيل باب السبق ص ٢٢٦ ، ابن ماجه جـ ٢ رقم ٢٨٧٨ . أحمد جـ ٢ ص ٢٥٦ ، قال الشيخ شاكر : اسناده حسن ، ثم يكون صحيحا لغيره برقم ٧٤٧٦ . وصححه المناوي في فيض القدير جـ ٦ رقم ٩٨٨٨ .
(٢٦٦) النسائي في كتاب عشرة النساء ابواب الملاعبة ص ٨٦ رقم ٥٢ . وحسنه المناوي في فيض القدير جـ ٥ رقم ٦٣١٦ .

(٢٦٧) أبو داود جـ ٣ رقم ٢٥٧٨ ، وذكره المنذري في مختصر أبي داود جـ ٣ رقم ٢٤٦٨ . ابن ماجه جـ ١ رقم ١٩٧٩ وفي الزوائد : اسناده صحيح على شرط البخاري . أحمد جـ ٦ ص ٣٩ . البيهقى جـ ١٠ ص ١٨١٧ . ابن حبان جـ ٧ ص ٩٦، ابن أبي شيبة جـ ٢ ص ٥٠٨ .

(٢٦٨) مسلم جـ ٣ رقم ١٨٠٧ .

(٢٦٩) مجمع الزوائد جـ ٥ ص ٣١٩ وقال : رواه الطبراني مرسلا ورجاله ثقات . جـ ٧ رقم ٦٧٤٩ .

(٢٧٠) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ٥١٤ .

(٢٧١) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ٤٤٤ .

(٢٧٢) البخاري جـ ١ كتاب الأذان باب ٩٥ ص ١٨٤ .

(٢٧٣) البقرة : آية ١٥٣ .

(٢٧٤) البقرة : آية ٤٥ ، ٤٦ .

(٢٧٥) أبو داود جـ ٣ حديث رقم ١٣١٩ ، ذكره المنذري في مختصر سن أبي داود رقم ١٢٧٤ وقال ذكر بعضهم أنه روي مرسلا.أحمد جـ ٥ ص ٣٨٨ .

(٢٧٦) البقرة : آية ١٨٣ .

(٢٧٧) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٢ رقم ٧٠٦ .

(٢٧٨) البخاري جـ ٢ كتاب الصوم باب ١٠ ص ٢٢٨ .

(٢٧٩) أحمد جـ ٢ ص ٢٦٣ ، وصحح الشيخ شاكر اسناده برقم ٧٥٦٧ . أبن حبان جـ ٨ ص ١٧٩ . البيهقي جـ ٤ ص ٢٩٣ .

(٢٨٠) البقرة : آية ١١ .

(٢٨١) التوبة : آية ١٠٣ .

(٢٨٢) الحشر : آية ٩ ، التغابن : آية ١٦ .

(٢٨٣) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ٦٠٠ .

(٢٨٤) متفق عليه : الؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٧٤١ .

(٢٨٥) أبو دادود جـ ٥ رقم ٥٠٩٠ ، ابن ابي شيبه جـ ١٠ ص ١٩٦ رقم ٩٢٠٣ . أحمد جـ ٥ ص ٤٢ . البخاري الادب المفرد رقم ٧٠٢ النسائي في عمل اليوم والليلة رقم ٦٥١ . . ابن حبان جـ ٣ رقم ٩٧٠، وقال شعيب الأرنؤوط : اسناده محتمل للتحسين .

(٢٨٦) أحمد جـ ١ ص ٣٩١ وصحح الشيخ شاكر اسناده برقم ٣٧١٢ . الطبراني جـ ١٠ رقم ١٠٣٥٢ . ابن حبان جـ ٣ رقم ٩٧٢ وصحح شعيب الأرنؤوط اسناده . الحاكم جـ ١ ص ٥٠٩، صححه ووافقه الذهبي .

(٢٨٧) الترمذي جـ ٥ رقم ٣٥٠٥ . أحمد جـ ١ ص ١٧٠ وصحح الشيخ شاكر اسناده برقم ١٤٦٢ . الحاكم جـ ١ ص ٥٠٥ صححه ووافقه الذهبي .

(٢٨٨) متفق عليه اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٧٢٨ .

(٢٨٩) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٦٥٨ .
(٢٩٠) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٦٦٠ .
(٢٩١) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٦٥٩ .
(٢٩٢) مسلم جـ ٤ حديث رقم ٢٥٦٥ . مالك في الموطأ رقم ١٦٤٣ .
(٢٩٣) الكهف : آية ٤٦ .
(٢٩٤) المائدة : آية ٣٢ .
(٢٩٥) مسلم جـ ٣ رقم ١٦٩٦ .
(٢٩٦) البقرة : آية ٢٣٣ .
(٢٩٧) مسلم جـ ٣ رقم ١٦٩٥ .
(٢٩٨) أبو داود جـ ٥ رقم ٤٩٤٣ . الترمذي جـ ٤ رقم ١٩٢٠ . أحمد جـ ٢ ص ٢٠٧ ، وصحح الشيخ شاكر اسناده برقم ٦٧٣٣ .
(٢٩٩) مسلم جـ ٤ رقم ٢٣١٨ .
(٣٠٠) مسلم جـ ٢ رقم ٩٩٦ .
(٣٠١) أبو داود جـ ٢ رقم ١٦٩٢ . أحمد جـ ٢ ص ١٦٠، ١٩٤، ١٩٥ ، وصحح الشيخ شاكر اسناده برقم ٦٤٩٥ .
(٣٠٢) أبو داود جـ ٥ رقم ٥١٤٦ ذكره المنذري جـ ٨ رقم ٤٩٣٨ . ابن أبي شيبه جـ ٥ رقم ٢٥٤٣٥ .
(٣٠٣) الأنعام : آية ١٤٠ .
(٣٠٤) الاسـراء : آية ٣٣ .
(٣٠٥) النساء : آية ٣٦ .
(٣٠٦) العنكبوت : آية ٨ .
(٣٠٧) اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٦٥٣ .
(٣٠٨) مسلم جـ ٤ رقم ٢٥٥١ . أحمد جـ ٢ ص ٢٥٤ ، وصحح الشيخ شاكر اسناده برقم ٧٤٤٤ .
(٣٠٩) سبق تخريجه برقم ٢١٠ .
(٣١٠) الحجرات : آية ١١ .
(٣١١) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ١ رقم ٥١ .
(٣١٢) الترمذي جـ ٤ حديث رقم ١٩٥٦ ، وقال : حسن غريب ، وصححه الالبانى جـ ٢ رقم ١٥٩٤ . البخاري في الأدب المفرد رقم ٨٩٤ . ابن حبان جـ ٢ رقم ٥٢٩ ، وقال شعيب الأرنؤوط : حديث صحيح .
(٣١٣) ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٣٦٧٨ ، وقال البوصيرى : اسناده صحيح رجاله ثقات جـ ٢ رقم ١٢٨٢ النسائي في عشرة النساء رقم ٢٦٧ . الحاكم جـ ١ ص ٦٣ ، وقال : حديث صحيح على شرط مسلم ، ووافقه الذهبي . البيهقي جـ ١ ص ١٣٤ .
(٣١٤) لقمان آية ١٤ .

(٣١٥) الاحقاف : آية ١٥ .
(٣١٦) مسلم جـ ١ حديث رقم ٣٠٢ .
(٣١٧) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٢ رقم ١٣٩٧ .
(٣١٨) البخاري جـ ٧ كتاب المرضى باب ٤ ص ٣ .
(٣١٩) البخاري جـ ٧ كتاب المرضى باب ٤ ص ٤ .
(٣٢٠) الفتاوي المعاصرة جـ ٢ ص ٥٦٩ .
(٣٢١) أبو داود جـ ٥ رقم ٥٠٠٤ ذكره المنذري في مختصر أبي داود جـ ٧ رقم ٤٨٣٩ ، أحمد جـ ٥ ص ٣٦٢ .
(٣٢٢)متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٤١٤ .
(٣٢٣) أبو داود جـ ٣ رقم ٣١٠٦ ذكرة المنذري في مختصر أبي داود جـ ٤ رقم ٢٩٧٧ . الترمذي جـ ٤ رقم ٢٠٨٣ وقال : حديث حسن غريب . صححه الالباني في صحيح الترمذي جـ ٢ رقم ١٦٩٨ ، الحاكم جـ ١ ص ٣٤٢ ، وقال صحيح على شرط البخاري ووافقه الذهبي .
(٣٢٤) البخاري جـ ٧ كتاب المرضى والطب باب ١٣ ص ٦ .
(٣٢٥) الترمذي جـ ٤ رقم ٢٠٨٧ وقال : حديث غريب . ابن ماجه جـ ١ حديث رقم ١٤٣٨ .
(٣٢٦) البخاري جـ ٧ كتاب المرضى والطب باب ١٠ ص ٥ .
(٣٢٧) البخاري جـ ٧ كتاب المرضى والطب باب ١ ص ١ .
(٣٢٨) مسلم جـ ٢ رقم ٢٢٠٤ .
(٣٢٩) أبو داود جـ ٤ رقم ٣٨٥٥ وذكره المنذري في مختصر أبى داود برقم ٣٧٠٦ والخطابي في معالم السنن. الترمذي جـ ٤ رقم ٢٠٣٨ وقال : حديث حسن صحيح . ابن ماجه جـ ٢ رقم ٣٤٣٦ . وفي الزوائد : إسناده صحيح ، رجاله ثقات .
(٣٣٠) الموطأ حديث رقم ١٧١٢ .
(٣٣١) البخاري جـ ٧ كتاب الطب باب ١ ص ١١ .
(٣٣٢) زاد المعاد جـ ٣ ص ٦٩ .
(٣٣٣) سبق تخريجه برقم ١٦٤ .
(٣٣٤) النحل آية ٦٨ .
(٣٣٥) سبق تخريجه برقم ١٦٣ .
(٣٣٦) ابن ماجه حديث رقم ٣٤٥٢ وفي الزوائد : اسناده صحيح ، رجاله ثقات . الحاكم جـ ٤ ص ٢٠٠ وقال : اسناده صحيح على شرط الشيخين ووافقه الذهبي .
(٣٣٧) سبق تخريجه برقم ١٦٤ .
(٣٣٨) البخاري جـ ٧ كتاب الطب باب ١٣ ص ١٥ . العذرة : وجع الحلق ، يغمز ليسكن فنهى عن ذلك [ غريب الحديث ] . القسط : من الأدوية طيب الرائحة [ النهاية ].
(٣٣٩) البخاري جـ ٧ كتاب الطب باب ١٣ ص ١٥ . مسلم جـ ٤ حديث رقم ٢٢٠٥ .
(٣٤٠،٣٤١) البخاري جـ ٧ كتاب الطب باب ١٥ ص ١٥ . لحيُ الجمل : موضع بين مكة والمدينة [ النهاية ] .

(٣٤٢) مسلم جـ ٤ حديث رقم ٢٢٠٦ .
(٣٤٣) سبق تخريجه برقم ١٦٤ .
(٣٤٤) البخاري جـ ٧ باب ٣ ص ١٢ .
(٣٤٥) البخاري جـ ٧ كتاب الطب باب ٢٦ ص ١٩ .
(٣٤٦) مسلم جـ ٤ حديث رقم ٢٢٠٧ . أبو داود جـ ٤ حديث رقم ٣٨٦٤ .
(٣٤٧) مسلم جـ ٤ حديث رقم ٢٢٠٨ . ابن ماجه جـ ٢ حديث رقم ٣٤٩٤ . أكحل : عرق في وسط الذراع ، حسم : قطع الدم عنه بالكي ، مشقص : نصل لسهم إذا كان طويلاً غير عريض .
(٣٤٨) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٣٢٧ .
(٣٤٩) مسلم جـ ٣ حديث رقم ٢٠٤٨ .
(٣٥٠) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٤٣٠ .
(٣٥١) الأنبياء : آية ٣٠ .
(٣٥٢) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٤٢٤ .
(٣٥٣) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٤٢٥ .
(٣٥٤) البخاري جـ ٤ كتاب بدء الخلق باب ١٠ ص ٨٩ .
(٣٥٥) الاسراء : آية ٨٢.
(٣٥٦) مسلم جـ ٤ رقم ٢٢٠٠ . أبو داود جـ ٤ رقم ٣٨٨٦ .
(٣٥٧) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٤١٨ .
(٣٥٨) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٤١٩ .
(٣٥٩) متفق عليه : اللؤلؤ والمرجان جـ ٣ رقم ١٤١٧ .
(٣٦٠) سبق تخرجه برقم ٢٢٥ .
(٣٦١) متفق عليه : اللؤلؤ و المرجان جـ ٣ رقم ١٤١٥ .
(٣٦٢) مسلم جـ ٤ حديث رقم ٢١٨٦ . الترمذي جـ ١ رقم ٩٧٢ .
(٣٦٣) مسلم جـ ٤ حديث رقم ٢١٨٦ .
(٣٦٤) مسلم جـ ٤ رقم ٢٢٠٢ . أبو داود جـ ٤ رقم ٣٨٩١ .
(٣٦٥) البخاري جـ ٧ كتاب الطب باب ٣٩ ص ٢٥ . مسلم جـ ٤ ـ٢٢٠١ .
(٣٦٦) البخاري جـ ٧ كتاب الطب باب ٣٤ ص ٢٣ .
(٣٦٧) الأحزاب آية ٢١ .